

[ニコラ] すべての女のコをかわいくする♥ 中学生雑誌No.1!
nicola
6 2020 JUNE
特別定価 510円
2020年6月1日発行（毎月1回1日発行）（4月30日発売）
第24巻第6号 平成10年7月10日 第三種郵便物認可
ネット応募もOK! サイン写真全員もらえる!!
第24回 ニコラモデル オーディション開幕!
Photo Album
ニコⓂ女子力写真集
～ふつうの中学生がニコⓂになってこんなにかわいくなった～
美白Ⓜ No.1 小林花南
美白Ⓜ No.2 林芽亜里
美白Ⓜ No.3 池未来実
めあここ ふたごこーでルール
レピピ ラブトキ ピンク ラテ
3ブランドの新イメⓂ決定!!
天使メアリの連載がスタート♥
Mealips Magic メアリップス マジック
ぜったい日焼けしない白肌中学生!!!!
お家にいる今のうちに!!
☒美白トップ5Ⓜの焼けないルーティン
☒色白すぎかよ♥トーンアップ日焼け止め超進化
☒5月焼かないついでにやせたい♥
全Ⓜの生脚をガチンコ投票して決定!!
新生美脚ニコⓂ、誕生!
黒板の字、見られてますよー!!
男子モテ字と女子モテノート♥
ゆるゆるマホカナに100の質問
KISSIN' MY TOPS 大人フォトプリもっとほしい♥
逮捕ー!! 全Ⓜ撮影の日バッグ
ぬきうち24時
だって、どっちも好きでしょ?
はいてなさそーミニ&はいてますよロンスカ
ダイソーでかわいいをアップデート!
宣誓!! 我ら、推しのために生きる。
中学生の推し事
令和初! ニコⓂオーデカウントダウン
中2でも本当に受かるんです!!
新ニコラ学園物語「鬼滅の学校」
原作:ニコ㊦Rinnaちゃん
repipi armario レピピアルマリオ
広げて使うと…
♥ニコラが入る!
♥体操服が入る!
♥学校で使いやすい!
巾着型で使うと…
♥長財布もポーチも入る!
♥ガーリー度アップ!
♥遊ぶ日に使いやすい!
リボンで結ぶと流行の巾着バッグに変身♥
2WAYキャンバストート


おいしさと健康
glico
顔開
思い出作り
友だちと楽しい思い出を作りたい！ そんな時は「カプリコのあたま」を一緒に食べてみて。かわいく盛れちゃう写真も撮れるし、思いっきり笑顔になれるゲームもできちゃうよ♡
爆笑スマイル編
中3・野崎奈菜（ナナ）
中2・田中南（ミナミ）
前号「ほめカプゲーム」で仲良くなった4人！
前号の「ほめカプゲーム」ですっかり仲良くなったニコ㋲4人が再び集合！今回は「もっと友情深めたい！」そんな想いで、みんなが笑顔になれる新しいゲームもあるみたい。一体どんな笑顔が生まれる!?
ニコカプゲーム!?
今日はニコカプゲームやってみよ！
ニコカプゲームのルール
1 みんなで一斉に1粒ずつ取るよ！
使うのはコレ！
トレーの柄パターンは色々あるよ！
ジャイアントカプリコのあたまの部分だけをひとりじめできるエアインチョコレート。ふんわりした食感で、ニコ㋲も「おいしい！」と大絶賛！
いっせーのせて！
どれにしようかな？
2 粒のウラ（トレーの底）にかいてあるマークを見せ合って、以下行うべし！
くるっ
いちごマークが一番多かったとき
みんなで手をつないでジャンプ！
いちご以外のマークが多かったとき
みんなで変顔して撮る！
1人でもカプリコキャラがいたとき
みんなでカプすけポーズして撮る！
いちごといちご以外のマークが同じ数だったとき
みんなでこちょこちょしあいっこ
Caplicoのあたま いちごあつめ
Caplicoのあたま ミルクの星あつめ
キズナって深まるんだ！
ミナミ☆ベスト¥2530／トゥウィンクルビーエム あべの店 Tシャツ¥2090／ピンク ラテ スカート¥3190／ラブトキシック ヘアゴム¥330／パリスキッズ 原宿本店 イヤリング¥550／クレアーズ原宿駅前店
ナナ☆Tシャツ¥3289／レピピアルマリオ スカート¥2090／スピーガ 渋谷109店 カチューシャ¥220／スピンズ イヤリング¥880／ラブトキシック
レディーゴー！
1ターンめ！
いっせーのせて！
いちごのマークが多かったので…
アムは いちご
リミは ダイヤ
ナナは いちご
ミナミは いちご
うまくとべたー！
髪のもやばいっ！
ナナ、奇跡のグリコポーズ!?
全員で全力ジャンプ！！
2ターンめ！
どれどれ
何のマークかな？
「いちご」と「いちご以外のマーク」が同じ数だったので
アムは いちご
リミは いちご
ナナは スペード
ミナミは タワー
集中こちょこちょされるアム（笑）！
反撃するも…
やられた…！
敗北。
ギャー！！
全員でこちょこちょ！
みんなめちゃいい笑顔！



楽しい！
おいしい♪
カプリコのあたまで
笑満
一緒に味わお♥
盛れスマイル編
Photo/Fujii Daisuke Stylist/Ohashi Miki Hair&Make/Akagawa Megumi Models/Nozaki Nana,Fukao Amu,Tanaka Minami,Rimi
Text/Etchuya Shoko[ADVEX2] Design/Oi Harumi[ma-h gra] ※クレジットのないものは私物です。
中3・深尾あむ（アム）
中2・凜美（リミ）
カプリコのあたまで
仲良し写真
撮り合いっこ♥
パッケージもチョコの粒もかわいい「カプリコのあたま」と一緒に写真を撮れば、盛れること間違いなし！ みんなで写真を撮り合ったら、思い出にも残って2度おいしいね♡
ナナ撮
チョコといちご味がおいしい♪
パッケージのカプすけがかわいい!!
ミナミ撮
リミ撮
アム撮
いろんな種類のパッケージがあるよ！
友だちと食べられてうれしい♥
一緒に笑い合ったぶんだけ、
アム☆肩あきTシャツ¥2189／ラブトキシック ジャンスカ¥6490／NiCORON 渋谷109 ヘアピン¥330／レピピアルマリオ イヤリング¥550／クレアーズ原宿駅前店
リミ☆Tシャツ¥2090／ピンク ラテ ベルトつきショーパン¥4290／ラブトキシック ヘアピン（12本セット）¥550／クレアーズ原宿駅前店 イヤリング¥550／パリスキッズ 原宿本店
カプリコのあたまはいちご&ミルクの2種類！
友だちとカプリコのあたまで盛り上がっちゃおう☆
いちご味はいちご形、ミルク味は星形で一粒一粒がかわいい♡ トレーの柄パターンのバリエーションも盛りだくさん。何度食べてもワクワクできるお菓子だよ！
全員、笑い疲れたー！
FINISH!!
本気のカプすけ顔いただきましたっ（笑）
3ターンめ！
ラスト〜！
ナナがカプリコキャラを引いたので…
アムは ハート
リミは 飛行機
ナナは カプリコキャラ
ミナミは いちご
Caplico あたま いちごあつめ
Caplico あたま ミルクの星あつめ
12粒入〈準チョコレート〉
ニコラTVで「ほめカプゲーム」公開中！
カプリコのホームページはココからアクセス！
https://cp.glico.com/caplico/
商品に関するお問い合わせ
グリコお客様センター
☎0120-917-111
受付時間／平日 9:00〜18:30
（土、日、祝、夏期休暇、年末年始のぞく）
前号でニコ㋲たちがチャレンジした「ほめカプゲーム」や、撮影の裏側も見られるよ！ 今回のゲームと一緒に、ほめカプゲームもやってみてね。



コモ 女子力写真集

ごく普通の女の子が、ニコ㋲になって見た目も心も生活も激変♥
女子力オバケになっていく女子力伝説がここに集結!
たっぷり成長できるニコ㋲の世界、みんなも入ってみない?

中2・田中南(ミナミ)

中2・宮本和奏(ワカナ)

リミ Rimi

「撮影後は毛頑張れます」

ミナミ Minami

「委員会に立候補するようになった」

人前に出るのが苦手で、目立たないタイプでした。でもニコ㋲になって自分に自信が持てるようになったのかな。委員会に積極的に立候補して、運動会実行委員や図書委員になれたよ。

ミナミ★レースタンクトップ¥2189／ラブトキシック ワイドパンツ¥2189(一部店舗のみ販売、5月中旬発売予定)／AND24LOVELY(GU) ヘアピン(2本セット)¥550／クレアーズ原宿駅前店 イヤリング¥649／GU

ワカナ Wakana

「美意識が高まった!」

肌や髪、体型管理のアドバイスをニコ㋲はじめ、ヘアメイクさん、美容師さんなどのプロからたくさんもらえるようになり、とにかくキレイでいたいという意識に火がつきました!

ワカナ★ブラトップ¥4378／ヴォルカン&アフロダイティ 渋谷109店 スカート(ブーツカバーつき)¥5499／W♥C サンダル¥2280／ハニーズ

中3・林芽亜里(メアリ)

かとぅ Katou

「イモ女度減少」

イモ女姿の私がある日「ニコモのかとぅちゃんですか?」と声かけられて、自分に絶望。恥ずかしくない自分になろうと努力して、少しはマシになった(はず)!

クルミ Kurumi

「心が強くなった!!」

ニコ㋲になって、いいことばかりってわけもなく、挫折することや傷つくこともあります。だけど、そんな経験が私を強くしてくれた。今じゃ、ちょっとのことじゃ心は折れません!

クルミ★Tシャツ¥2530／ピンク ラテ ビスチェ&スカートセット¥4399／W♥C イヤリング¥550／クレアーズ原宿駅前店

中3・池未来実(クルミ)

メアリ Meari

「素を見せられるようになりました♥」

モデル、スタッフさん、関係者の方などと「初めまして」の機会が多く、気づいたら人見知りが封印されて、学校でも素でいられるように♥

メアリ★ラメトップス¥3299／W♥C イヤリング¥880／パリスキッズ 原宿本店

エリナ Erina

「インスタのフォロワー数が1万人超えました!」

映えにこだわった写真のアップを続けてたら『エリナワールドが好き』ってコが増えてくれて、それが数字になって表れてはげみになってます!

てる女のコになった。

Photo/Fujii Daisuke Stylist/Shimano Mayuko Hair&Make/Tsuzuki Hikari Models/Wakabayashi Maho,Kobayashi Kanami,Abe Cocoha,Ike Kurumi,Hayashi Meari,Fukao Amu,Tanaka Minami,Miyamoto Wakana Text/Yamazaki Emiko Design/Londonz ※クレジットのないものは私物です

〜ふつうの中学生がニコ㊒になって こんなにかわいくなった〜

コハル Koharu

「初めて男子から“かわいい”って言われました♡」

ニコ㊒になる前は背高コンプレックスがあり、静かだった私。それがニコ㊒になったある日、人気者の男子から「お前ら、かわいいぞ」って！　そのメンバーに私が入ってたんです！涙

マナ Mana

「あきらめなくなった」

限られた登場回数で評価されるためには、努力も表現も続けないといけない！　正直、あきらめてたらやってらんないんです！

ナナ Nana

「1人で電車も乗れなかった私が今や原宿は庭！」

電車も一人で乗れず、親の意見で服を買ってた私。今ではかなり自立して、原宿だって一人で週3通ってたこともあるくらい！

ココハ Cocoha

「相手の気持ちを考えられるようになった」

ニコ㊒の仕事を通じて人に感謝することや、相手の気持ちを考えた発言を心がけるようになり、人にやさしくなれた気がする。大人になったのかな！

カナミ Kanami

「だらけた自分を卒業できた！」

今の忙しさを覚えると、ダラダラした時間がムダに思えて笑。出かけたり、勉強したり、自分磨きしたりと自分にかける時間を多くとることで充実するし、成長につながってると思う♥

「撮影が私の活力に！1週間、学校」

毎回撮影がワイワイ楽しくていっぱい元気をもらえるから、帰ると家族に「また1週間、頑張れるよ！」と発表しちゃうくらいです！笑



A girl who can be confident in herself

中3・阿部ここは（ココハ）

高1・若林真帆（マホ）

高1・小林花南（カナミ）

中3・深尾あむ（アム）

マホ Maho

「人見知りしなくなってきた！」

ニコ㊒になって人と会う機会が増え、写真以外に動画も撮ったりと、とにかく経験させてもらうことが多くて、自然と人見知りがなくなってきました。やっぱ慣れって大事だね！笑

ココハ★イヤリング¥770／クレアーズ原宿駅前店　オックスフォードブーティ¥3190／T&P渋谷109店

カナミ★イヤリング¥1320、リング（4本セット）¥770／ともにクレアーズ原宿駅前店

アム★レーストップス¥4400／17kg　イヤリング¥770／クレアーズ原宿駅前店　バレエシューズ¥6490／ジョリーアンコール（シャルロット）

マホ★チュールブラウス¥2750（完売の場合あり）／G·F·C 原宿店　スカート¥2750／ロマンティックスタンダード　オックスフォードシューズ¥5390／ヌオーヴォ

カノン Kanon

「ニコ㊦ちゃんの“かわいい”って声が自信につながる」

私服総選挙やネイル選手権で私が考えたコーデがニコ㊦ちゃんにかわいいと言ってもらえ、ピン企画までもらえて充実感しかない！

アム Amu

「中学生としての生活すべてがニコラの企画になる！」

頑張ってること、好きなことなどが取り入れられて企画になることも。普通に中学生として生活してることすべてがニコ㊒として活躍する種になるんです。だからやりがいはハンパじゃない！

マノカ Manoka

「自分に自信がついた！」

表現することが苦手だった私が、撮影や動画など頑張らなきゃいけない場面をたくさん経験したおかげで、いつの間にかシャイが消えて、堂々としてられるようになって、学校の友だちも増えました！

ニコ㊒になって たくさんの応援を力に変えて 自分に自信がも

っている・日焼けしない・メイクに目覚めた…!!



クルミ Kurumi

「美肌No.1を目指してます!」

ニコ㋲として見られてるって意識が、美意識も高めてくれてるって実感。色白をいかし、美肌㋲No.1になるべく、自分の肌がどうしたらベストを保てるか、理解を深めてます!

クルミ★パジャマ(ロングパンツとセット)¥2255/チュチュアンナ

マホ★パジャマ¥2959/チュチュアンナ　ターバン¥330/パリスキッズ 原宿本店

マノカ Manoka

「ヘアメイクさんに自分に合う色を教えてもらいました!」

自分では選ばない色のコスメも実は似合うんだって知ったり、ニコ㋲からもオススメコスメを聞けたりと、コスメの奥深さを知った!

アム★ソックス¥1320/タビオ

アム Amu

「鏡をよく見るからニキビに早く気づける!」

ニコ㋲になると鏡を見る機会が増えるから、ニキビのでき始めに気づける! 早めのケアが悪化しないコツなので、美肌を保てるよ。

マホ Maho

「新㋲の頃よりずーっと美白になった!」

新㋲の頃、誰よりも色黒なのがイヤで本気で日焼け対策をするように。そしたら5月号の美白評価(腕)では、ニコ㋲の上位半数入り! 色白になってメイク映えもしてきたと実感♥

カナミ Kanami

「自分磨きが楽しくなった!」

ニコ㋲になって一番変わったのは自分への意識。スキンケアを注意したり、こまめに皮膚科行ったり、整体で体のゆがみを整えたり…いつ、どこで見られても恥ずかしくないようにしてる!

ナナ Nana

「アカぬけた!って言われます♥」

前はビューラーの役割すら知らない普通の子でした。でもニコ㋲になってメイクがどんどん楽しくなったし、頑張るほどホメられることが増えて、アカ抜けたと言われるまでに成長できました!

シズク Shizuku

「ニコ㋲やヘアメイクさんからコスメ情報がもらえます!」

コスメ情報をヘアメイクさんやニコ㋲からもらえて、メイクに目覚めました! ヘアメイクさんのワザを目の前で見られて勉強になる!

ココハ Cocoha

「自分でメイクできるようになりました」

プチ㋲時代は自分メイクが全然ムリだったけど、ニコ㋲になって一変。コスメに興味が出てきて、自分でひと通りできるようになったよ!

がすっごく上がった!!



ニコ㋲になってビューティー力

The beauty power has greatly improved

「メアリちゃんの前髪をマネしてます”の声がはげみになって、もっと頑張れる!」

メアリ Meari

ファンのコから特に流し前髪やゆる巻きをホメられることが多く、ありがたいことに企画にしてもらったりと、本当にやる気になります。もっとかわいくできるように日々研究中!

メアリ★イヤリング¥770/クレアーズ原宿駅前店

「髪の長さやメイクなど自分に一番似合うものを考えるように♥」

マナ Mana

ニコ㊝ちゃんはしっかり見てくれてて、髪を数cm切ったくらいでも意見してくれる。自分らしさって何かをすごく考えるようになったよ。

「苦手なメイクから逃げてた自分を卒業できた」

エリナ Erina

メイクが苦手でTNMでDランクに。でもそれで火がついて、メイク研究に燃えたら、今ではメイクが大好きだし得意になったよ!

「学校では私が一番白いんです!笑」

コハル Koharu

「日焼け止めババア」って男子からイジられるくらい! ニコ㋲と日焼け止め情報を共有しあって実行してるからか、友だちからは「アンタ、色白すぎやろ!」って言われるんです!笑

「卒㋲リナちゃんの白美脚に憧れて黒ずみ防止キャンペーン中」

ユラ Yura

ヒザやヒジの黒ずみなんて意識したことなかったけど、卒モリナちゃんの白肌を見て一念発起。ヒジやヒザをつかないキャンペーン実施中!笑

「先パイ㋲がニキビの相談に乗ってくれます」

セナ Sena

ニキビに悩んでた私に卒㋲のアスカちゃんやノノちゃんがアドバイスをくれて、水を1日2リットル飲むとか、自分なりの美肌法を知ることができた!

「ニキビとうまくつき合えるようになった」

リミ Rimi

ヘアメイクさんに毎回ニキビについて相談。しばらくぶりに皮膚科に行き、今の肌状態にあったお薬をもらったりして、ニキビでつらかった肌とのつき合い方がわかってきたよ!



おそろいにしていい？と聞かれる！ 友だちが増えた！

The ability to communicate at school has improved

ニコ㋲になって 学校での発信力が上がった！

ココハ Cocoha

「ニコラがあるから勉強もっと頑張れる！」

勉強する時間が少ないからこそ、ちゃんとしようって思うし、お仕事のせいで勉強がおろそかになったって思われたくないから頑張れる！

ワカナ Wakana

「友だちが流行りを聞いてくれる！」

私って学校では決して目立つタイプではないんだけど、それでも友だちが「この夏は何流行るかな？」とか聞いてきてくれるんです！

ミナミ Minami

「私のヘアアレやって！って言われます♥」

自分でできるヘアアレバリエが増えて、休み時間や遊びに行くときなど、友だちに「あみこみして！」とか言われるようになったよ！

エリナ Erina

「忙しい分、集中して勉強できるようになった！」

撮影やニコ㋲用のアンケートで忙しい分、できるときに勉強しようと時間配分が上手になったよ。さらに、限られた時間の中で集中して勉強するクセがついたのも大きいです！

ハルカ Haruka

「小6のうちに敬語を学べて中学で役立った！」

ニコ㋲になって敬語やあいさつ、礼儀をやさしく教えてもらってたから、中学校入ってからも特に苦労を感じることなく学校になじめた！

アム Amu

「ある日、ノートを開くと友だちの字で“がんばってね!!”と書いてあった。涙」

友だちが時間割アプリを共有してくれたり、LINEで宿題を教えてくれたりと、私の仕事を理解して応援してくれます。ノートに「がんばってね!!」と書いてあったときには感動した！

リミ Rimi

「他クラのコまで話しかけてくれます！」

よく「ニコ㋲になると学校で悪く言われませんか？」って聞かれるけど、私の場合は応援されてばっか！ 他クラの女の子も話しかけてくれて、ニコラの影響力の大きさを感じてます♥

カホ Kaho

「ニコラがきっかけで友だちが増えた！」

学校の友だちから「塾の友だちがカホのファンなんだ！」って話しかけてもらい、そういうのがきっかけで話せる友だちが増えてます！

セナ Sena

「ペンポおそろいにしていい？って聞かれます♥」

私の住んでる田舎でも、私がニコ㋲になってからレピピとかをみんな着るようになったんです。「ペンポおそろいにしてもいい？」とか、友だちが聞いてくれるのもうれしい！

3人★シャツ各¥3960、スカート各¥11880／ともにCONOMi



ニコ㋲になって おしゃれ力が上がった！

「"着せられてる私"から"服を見せたい私"に」

ココハ Cocoha

プチ㋲の頃は買い物に行っても文具やゲーセンに直行。ただ服を着せられてる人形状態だったけど、モノトーンカジュが好きって目覚めた今は、服をどう良く見せようか考えるように！

ココハ★Tシャツ¥3289、チャームつきスカパン¥3289、スニーカー¥4939／すべてレピピアルマリオ　バケットハット¥2189／ラブトキシック　ソックス(3足)¥1100／チュチュアンナ

「インスタの"今日のあむコ"へのコメントが元気の源」

アム Amu

撮影でいろんな服が着られるので、自分に似合う服が見つけやすい！　インスタの「今日のあむコ」が楽しみって声に支えられてるよ。

アム★半そでニット¥4290／NiCORON 渋谷109　スカート¥4290／ラブトキシック　リング(6本セット)¥770／クレアーズ原宿駅前店

「マホのアドバイスでニコ㋵読の支持率アップ！」

カナミ Kanami

マホの『カナミは攻めより韓国ガールな落ち着きめな服が似合う』の一言で、自分らしさを再確認。マネしてもらえるコーデが増えてきた！

カナミ★Tシャツ¥2199／W♥C　ジャンスカ¥4939／レピピアルマリオ　ヘアピン(4本セット)¥660、イヤリング¥550／ともにクレアーズ原宿駅前店　厚底スポサン¥3190／T&P渋谷109店

「ダサかった私と決別。努力でおしゃ㋲になれた！」

マホ Maho

新㋲時代の私服が本気でヤバくて黒歴史…。そんな私でも私服選抜のページに出たくて必死に研究してたどり着いたのが「マホトーン」なんです。ピン企画ももらえて自信がついた！

マホ★Tシャツ¥3278／ヴォルカン&アフロダイティ 渋谷109店　スカート¥2858／スピンズ　ソックス(3足)¥1100／チュチュアンナ　スニーカー¥8250／ヴァンズ ジャパン

「ギャルくるって一番らしい居場所を見つけた！」

クルミ Kurumi

賛否あるけど、みんなが意見をくれるからギャルでも甘ギャルにしようかなとか頭を使うことが増え、新しい自分を次々発見できてる！

クルミ★シャツ¥2858／スピンズ　タンクトップ¥1089／GU　スキニーデニム¥3190／スピーガ 渋谷109店　チョーカー¥2090／グランドエッジ 渋谷109店　サンダル¥3190／T&P渋谷109店

「流行を取り入れられるようになった」

ミナミ Minami

撮影でいろいろ着させてもらえるから、コーデ力もUPしてるって感じるし、洋服もより流行を意識して買うようになってきたよ！

ミナミ★ブラウス¥3289／レピピアルマリオ　ベルトつきスカート¥4290／ラブトキシック　ヘアピン(2本セット)¥550／クレアーズ原宿駅前店　イヤリング¥330／パリスキッズ 原宿本店　サンダル¥4290／ピンク ラテ

「今なら大人コーデのヒケツ語れます」

ワカナ Wakana

私服迷走期を経て、今がある！　今では大人っぽのヒケツをたくさん言えるし、誰かをプロデュースしたいと思うレベルになったよ。ニコ㋲っていろんな経験が活かされる場所なんです。

ワカナ★Tシャツ¥3850、ワンショルビスチェ¥3850 ともにNiCORON 渋谷109　フレアパンツ¥2858、チェーンベルト¥1428 ともにスピンズ　イヤリング¥330／パリスキッズ原宿本店

「ガーリーがもっと大好きになれた♥」

メアリ Meari

みんなの「めあガーリーを参考にしてます」の声が一番のモチベーションです。より多くのコにガーリーを取り入れてもらえるには…って考えてたら、ガーリーがもっと好きになったよ♥

メアリ★ブラウス¥3298／スピンズ　変形スカート¥4070／17kg　イヤリング¥330／パリスキッズ 原宿本店　ソックス¥660／タビオ　ブーティ¥3740／T&P渋谷109店

\とにかく!!/ 自分らしさを手に入れた！

Fashionable power has increased

がてきた!!

ワカナ Wakana

「新㋲時代にチョコプラさんと撮影できて感動した!」

新㋲時代、いきなり芸人のチョコプラさんとの撮影があってビックリ! ニコ㋲は有名人とも撮影するチャンスがあるんですよ〜!

ミナミ Minami

「笑ってる時間が増えた!!」

撮影が楽しいし、学校でもワイワイと輪に入れるようになったよ。イケてる友だちも声かけてくれることが増えた今、一番笑ってます!

セナ Sena

「ワカナの前では自然体の自分でいられる」

小6から一緒のワカナとは何でも話せて、家にお泊まりするほどの間柄♥ 全然知らないはずの私の学校の話も爆笑で聞いてくれる相棒です。

シズク Shizuku

「お誕生日を祝ってくれる人が爆発的に増えた!」

誕生日は家族と友だちが祝ってくれるのが当たり前だったけど、ニコ㋲になってからはニコ㋲や全国のニコ(読)ちゃんも祝ってくれる!

カナミ Kanami

「学校で部活に入っていない私にとって後輩㋲は妹」

帰宅部だから学校では仲の良い後輩があんまりいないけど、ニコラではかわいい妹たちがいっぱい♥ たくさん話せて幸せです!

マノカ Manoka

「実力をつけてくニコ㋲の存在が自分を強くしてくれる」

力をつけてくニコ㋲から学ぶことが多いし、くやしい気持ちも自分の成長につながってるよ。ファンのコの応援も私の原動力です!

ナナ Nana

「ホメられることが増えた!」

普通の生活をしてたら持てなかった目標ができて毎日充実&本当に楽しいです! 生活全般が整って、ホメられることが増えたよ。

ココハ Cocoha

「街で声かけられて芸能人な気分!笑」

まずファンレの量に人気者を実感!笑 街でも気づかれることが増え、芸能人になった気分がしてうれしいです。遠慮せずに声かけてね!

マナ Mana

「学校の100倍大変だけど1000倍成長できる」

大変なこともあるけど、それ以上に10代という成長過程で普通は経験できない多くのことが学べて、得るものの方が圧倒的に多いです。

リミ Rimi

「初めて友だちではない"同志""仲間"ができました」

ニコ㋲は楽しい友だちであり、ライバルであり、一緒に頑張る同志でもあり…本当に盛りだくさんの感情を抱ける大事な存在です。これからももっとお互いに高め合っていきたい!

ハルカ Haruka

「ロケバス乗れます!笑」

芸能人がロケやドラマで乗ってるあのロケバスに、ニコ㋲になると乗れます♥ ずっと憧れてたから、今でも毎回ウキウキします♪

ユラ Yura

「先パイ㋲と撮影後に原宿でお買いもの♥」

カノンちゃんとの撮影が多くて、原宿でおそろいのイヤリング買ったり、新幹線で一緒に帰ったりして、何でも話せる関係になれました♥

I got a friend of the existence that was higher than a friend



ニコ㊦になって 友だち以上の仲間

憧れ㊦と仲良くなれた! お互いを高めあってる!

WE LOVE nicola

「毎回の撮影が本当に楽しい!」

メアリ Meari

撮影でいろんなカフェやスタジオ、ショップに行けるのがインドア派のメアリにとってとっても新鮮なんです。イベントで地方㊦ちゃんと会えるのも大きな楽しみの一つです。

「ずっと憧れてた先パイ㊦と撮影できるなんて幸せすぎる♥」

ユナ Yuna

ニコ☆プチのイベント行くくらい、メアリちゃんの大ファンだった私。ニコ㊦になって会えたときの感動は忘れません。あんなに素敵な天使と一緒に撮影ができるなんて幸せすぎる!

「ニコ㊦は私を理解してくれる」

クルミ Kurumi

特に同期のキズナは深くて、私のことを理解してくれる大切な人たちです。マナやマホちゃん、カナミは先パイだけど何でも真剣に話せるし、話すたびに勉強になることばっかり。

「佐賀在住の私に全国に友だちができた」

マホ Maho

佐賀の田舎に住んでる私は行動範囲もせまかったけど、ニコ㊦になって東京に行く機会が増え、全国から来るニコ㊦に会えて世界が広がった! 週末しか会わないのに身近に感じます。

「コンプレックスが強みに変わった!」

コハル Koharu

身長を縮める方法はないか調べるほど高身長が悩みだったけど、逆に武器になると自信に変わりました! 同じ悩みを持つコに勇気を与えるって目標もできて、自分が強くなれたよ。

「撮影でたくさん“かわいい~♥”と言われて、その気になる!笑」

アム Amu

スタッフさんから「かわいい♥」と言ってもらえるので、そうなれる気がする。もっとホメてもらいたくて美容やポージングにも力が入ります!

MODEL

サイン写真全員もらえる!!



まほかなめあむ一ちよにも会える!

郵送の場合は

6/18(木)必着!!

ネット応募の場合は

6/15(月)23:00 しめきり!!



第20回グランプリ Grand Prix

若林真帆(わかばやしまほ)

マホ

マホ☆シャツ¥2090／スピーガ 渋谷 109 店　ヘアピン¥770、ネックレス¥1320／ともにグランドエッジ 渋谷 109 店　イヤリング¥509／クレアーズ原宿駅前店

応募写真

第23回グランプリ Grand Prix

田中南(たなかみなみ)

ミナミ

応募写真



ミナミ☆半そでニット¥4070／17kg　イヤリング¥1320／クレアーズ原宿駅前店　チョーカー¥1650／グランドエッジ渋谷 109 店

モデルになれるチャンス!!

第22回グランプリ Grand Prix

野崎奈菜(のざきなな)

ナナ



応募写真

ナナ☆レースブラウス ¥4400 ／ 17kg　ヘアピン（2 本組）¥770、イヤリング ¥770 ／ともにクレアーズ原宿駅前店

9/1発売の10月号でおひろめ♡

NICOLA MODEL AUDITION

オーディションの流れ

Step 01 親に相談&応募用紙を書く

オーデの応募には保護者の許可が必要だよ。オーデを受けてもいいか確認したら、応募用紙を書いてみよう! 書き方はP56をチェックしてね。

P57の用紙だよ

⇐

Step 02 ネットor郵送で応募できるよ（6/15(月)まで）

この期間はネットで応募しても、郵送で送ってもどちらでもOK! ネット応募の場合は応募用紙に記入したあと、写真をオーデ特設サイトにアップしてね。しめきりは夜11時なので注意してね!

⇐

Step 03 郵送で応募の場合（6/18(木)まで）

ネット応募のしめきりが過ぎても、郵送ならまだ間に合う! 郵送の場合、6月18日(木)までに編集部に応募用紙が必ず届くように送ってね。住んでいる場所によって届くまでの日数は違うので注意してね!

⇐

Step 04 書類通過者だけに電話で連絡するよ!（6/23(火)～24(水)）

※編集部に電話をもらっても合否については答えられないので、問い合わせはしないでください。通過したコにはつながるまで何度も電話するので、心配せずに待っていてね。

Step 05 二次審査 in 東京（7/12(日)）

東京都内の会場で二次審査を行います。4～5人のグループで面接をした後に、プロのカメラマンによる写真撮影テストを実施。二次審査を受けたコには全員に合否の電話連絡をします。

※交通費は自己負担です。ご了承ください。

⇐

Step 06 最終審査 in 東京（8/2(日)）

プロのヘアメイクさん、スタイリストさん、カメラマンさんがあなたをニコモみたいにかわいくしてくれる♡ 流行の衣装を着て撮影し、カメラ写りをチェックします。

※交通費は本人分のみお支払いします。

⇐

Step 07 オーデ合格者決定!!（8月上旬）

最終審査から1週間以内に合否の連絡をします。合格者は、保護者の方と一緒に、編集部から紹介する芸能事務所と面接して、入る事務所を決めるよ。待望のニコモデビュー!!



まほかなめあむ一ちよが二次と最終審査に来るよ!

開幕

みんなの応募待ってます♡



Photo/booro[BIEI](models), Masumot Kohji(stills)Stylist/Shimano Mayuko Hair&Make/Tsuzuki Hikari Models/Wakabayashi Maho, Kobayashi Kanami, Kato Saki, Fukao Amu, Nozaki Nana, Hayashi Meari, Tanaka Minami Design/Tsubomoto Mizuki[WHITE AGENCY]

※クレジットのないものは全て私物です。

※ニコラモデルオーディションは、厚生労働省のガイドラインに従い、新型コロナウイルス感染症の対策を講じた上で実施します。感染の拡大状況によっては中止または延期の可能性もございます。

ネット応募もOK！

くわしくはP56をチェック！

応募方法はこちら！



P57の用紙だよ！

応募資格

- 10歳(小5)～15歳(中3)の女のコ
- 身長150cm以上
- 現在プロダクション(芸能事務所)や劇団などに所属していないこと
- 国籍、住んでいる場所はどこでもOK！

Pattern 01
自分で応募！

応募したことは友だちにはバレないので安心してね。保護者に許可をもらうのを忘れずに！

Pattern 02
友だちすいせんで応募！

姉妹や友だちにニコ㊒にすいせんしたいコがいたら、本人に許可をもらって応募用紙を送ってね。
※友だちすいせんのプレゼントがもらえるのは10歳(小5)～15歳(中3)の女のコの場合のみ。

NICOLA MODEL AUDITION

応募方法は2種類！

郵送は6/18(木)必着

① 郵送で応募する場合

- 応募用紙は封筒に入れて送ってね。写真が折れなければ、応募用紙を折って封筒に入れてもOKだよ！
- 定形封筒は84円、定形外封筒は120円分の切手を貼って送ってね。
  ※切手を貼らなかったり、金額が足りないと編集部に届かないので気をつけて！
- 送ってくれた応募用紙、写真は返却できません。

〒162-8711
東京都新宿区矢来町71
新潮社 ニコラ編集部 『ニコラモデルオーディション』係
※6/18(木)までに編集部に応募用紙が届いているように早めに送ってね。消印有効ではないから注意！

② ネットで応募する場合

- まず、応募用紙に記入してね。写真ははらなくてOK！
  ※4月号から連載中の「ニコ㊒オーデカウントダウン」のプレゼント券は、ネット応募では使えません。使いたいコは郵送で応募してね！
- 下のURLまたはQRコードから、ニコラモデルオーディション特設サイトにアクセス！ 顔写真、全身写真、応募用紙2か所を撮った写真、計4枚をアップロードしてね。
  ※記入した応募用紙は二次審査で必要なので、必ず保管しておいてね！

ネットは https://www.nicola.jp/audition2020/
6/15(月) 23:00 しめきり

くわしい応募方法はP56へ！

フツーの中学生がキラキラの

第21回グランプリ Grand Prix
小林花南(こばやしかなみ) カナミ

応募写真


カナミ☆すけブラウス＆キャミソールセット¥3080／ロマンティック スタンダード イヤリング¥1650／クレアーズ原宿駅前店

第22回グランプリ Grand Prix
深尾あむ(ふかおあむ) アム

第22回グランプリ Grand Prix
加藤咲希(かとうさき) かとう

応募写真


応募写真


かとぅ☆リボンタイつきブラウス¥3190／ラブトキシック ヘアピン(2本組)¥990／グランドエッジ 渋谷109店

アム☆首あきリブトップス¥3190／ピンク ラテ カチューシャ¥550／スピンズ イヤカフ¥550／クレアーズ原宿駅前店

NICOLA MODEL AUDITION 第24回

ニコラモデルオーディション

今年もニコ㊒オーデの季節がやってきた！ しかも今年は過去最大規模で超スペシャルな特典がいっぱい♡ ニコラを愛するみんな、このビッグチャンスを絶対に見逃さないで!!

今年のオーデ応援隊は まほかなめあむーちょ!!

MAHO & KANAMI & MEARI & AMU



写真撮れる！　サインもらえる!!

二次審査で会える！

なんと二次審査にまほかなめあむーちょが来てくれるよ！
一緒に写真を撮ったり、サインをもらったりしてお話しよう♡

マホ☆Tシャツ¥2197／スピンズ　ラップスカバン¥1980／ハニーズ　カナミ☆Tシャツ¥2530／ピンク ラテ　ハーネスつきプリーツスカバン¥4389／レピピアルマリオ　ヘアピン（4本組）¥550／クレアーズ原宿駅前店　メアリ☆変形ドッキングワンピース¥2189（一部店舗のみ販売、6月中旬発売予定）／AND24LOVELY（GU）　カチューシャ¥1320、ブレス¥770／ともにクレアーズ原宿駅前店　アム☆Tシャツワンピース¥4389／レピピアルマリオ　アメピン（24本組）¥330、イヤリング¥550／ともにクレアーズ原宿駅前店

さらに…応募したコ全員に

ニコ㊔サイン入り写真プレゼント!!!

4月から始まったニコ㊔オーデカウントダウンのプレゼント券を2枚貼るとビッグ写真にグレードアップ



※プレゼント券が有効なのは郵送での応募のみです。ネット応募では使用できません。

なななんと!!　合否は関係なく、応募用紙を送ってくれたコ全員に、
ニコ㊔のサイン入り写真をプレゼントします!!
こんな豪華プレゼント、今までなかった〜!!

※写真の発送には半年〜1年ほどお時間をいただく可能性があります。必ず全員に送るので、ゆっくり待っててね！

合格者＆すいせん者には

超ゴーカ7大プレゼント

Present 01 PRESENT ITEM... スマートフォン



こんな豪華賞品
かつてなかった〜!!
憧れのスマホが手に入る
チャンスを逃さないで♡

※スマホのプレゼントは合格者本人のみです。すいせん者はもらえません。※画像はイメージです。機種は選べません。※すでにスマホを持っているなど、事情がある場合は辞退可能です。
※こちらのプレゼントを受け取られる場合、ワイモバイルとの契約が必須となります。※プレゼントは機種本体のみとなります。月々の使用料などは合格者にご負担いただきます。

スマホもらえるなんてスゴすぎる〜!!

Present 02 PRESENT ITEM... 人気ブランド全身コーデセット

提供：レピピアルマリオ、ピンク ラテ、ラブトキシック



去年のオーデ合格者はこんなかわいい服をもらったよ！

Present 03 PRESENT ITEM... 人気ブランドリュック

提供：レピピアルマリオ、ピンク ラテ、ラブトキシック



通学や修学旅行で
大活躍の黒リュック！
もちろん、
私服にもピッタリ♡

¥4290／ピンク ラテ
※商品はイメージです。

Present 04 PRESENT ITEM... エチュードコスメセット

憧れの韓国コスメ・エチュードから、
かわいくなれちゃうコスメをたっぷりセットで！



（右上から）プレイカラー アイシャドウ ロゼワイン¥2750、ラブリークッキー ブラッシャー OR201 ¥693、ラッシュパーム ボリュームフィックスマスカラ ブラウン¥1650、ピーチジェリーティント ビーマイピーチ¥1100、スーパースリム プルーフブラシライナー ブラック¥1265／すべてエチュード

Present 05 PRESENT ITEM... ロートプリンセスセット

ニコ㊔からも大人気のロートのスキンケアシリーズ。プリンセス級美肌に♡



（右から）メンソレータムアクネス 薬用ふわふわな泡洗顔【医薬部外品】¥715（編集部調べ）、肌ラボ 白潤薬用美白化粧水【医薬部外品】¥814（編集部調べ）、肌ラボ 白潤薬用美白乳液【医薬部外品】¥814（編集部調べ）、スキンアクア トーンアップUVエッセンス¥814（編集部調べ）、メンソレータム リップフォンデュ（クリア、スカーレットピンク）各¥627（編集部調べ）／すべてロート製薬

Present 06 PRESENT ITEM... カールアイロン



210°まで
上がるから
カールキープ力も
バッチリ！
ニコ㊔にも
愛用者多数。

サロニア セラミック カール ヘアアイロン（25㎜）¥3278／I-ne
※色は選べません。

Present 07 PRESENT ITEM... "チェキ" instax mini 11

撮ったその場でプリントできる！
セルフィーモードで友達との自撮りももっとキレイに♪



（5月15日発売予定）各オープン価格／富士フイルム※色は選べません。

女優・モデルとして大活躍の

ニコ㊔オーデ出身者のみなさん



池田（いけだ）エライザさん

1996年4月16日生まれ。第13回ニコラモデルオーディショングランプリを受賞。モデル、女優として様々なメディアで活躍し、ドラマ『きょうの猫村さん』、映画『騙し絵の牙』に出演。また、映画『夏、至るころ』で初監督を務める。



川口春奈（かわぐちはるな）さん

1995年2月10日生まれ。第11回ニコラモデルオーディショングランプリを受賞。大河ドラマ『麒麟がくる』に出演し、女優、モデルとして幅広いメディアで活躍中。YouTubeチャンネル『はーちゃんねる』も開設。



新垣結衣（あらがきゆい）さん

1988年6月11日生まれ。第4回ニコラモデルオーディショングランプリを受賞。2017年、映画『ミックス。』にて第60回ブルーリボン賞・主演女優賞受賞。女優として、映画・ドラマ・CMなど幅広いメディアで活躍中。



南沙良（みなみさら）さん

2002年6月11日生まれ。第18回ニコラモデルオーディショングランプリを受賞。2018年、『志乃ちゃんは自分の名前が言えない』にて第61回ブルーリボン賞・新人賞他、数々の新人女優賞を獲得。映画『もみの家』では主演を務め、近日公開の映画『太陽は動かない』への出演も控える。多数CMにも出演。



秋田汐梨（あきたしおり）さん

2003年3月19日生まれ。第19回ニコラモデルオーディショングランプリを受賞。ドラマ『3年A組―今から皆さんは、人質です―』、映画『惡の華』など、数々の話題作に出演。ドラマ『ホームルーム』ではヒロインを演じた。

ニコ㊔ってこんなに楽しい!!



あのコはどうだったの？

NICOLO MODEL AUDITION MATRIX

ニコ㋲のオーデ体験マトリックス

ニコ㋲オーデ出身ニコ㋲のオーデ体験をどどーんと公開！　オーデを受けたいみんな、ぜひ参考にしてね♡

	応募した年（第●回）	応募時の学年	応募時の身長	応募写真のポイント	応募書類のポイント	オーデに向けてやったこと	二次審査の服装	面接で聞かれたこと	二次審査でうれしかったこと、面白かったこと	オーデでうれしかったこと、楽しかったこと	ニコ㋲になってよかったこと
佐賀 高1 マホ	2016年（第20回）	小6	160cm	部屋の中や外、いろんな場所で撮影。立ち方に気を付けた	キレイな字でていねいに	笑顔練、ニコラを沢山読む、パック	グレーのノースリトップス、白ショーパン	学校で流行ってること、好きなニコ㋲	編集部の人に「いつも頭かたむいてるの？」って言われた笑	初めての飛行機＆初めての原宿!!	飛行機のマイルが貯まる！
東京 高1 カナミ	2017年（第21回）	中1	156cm	光をiPhoneのライトで集めた。全身は脚がキレイに見えるように	字をキレイに…	早く寝ること、夜のアイスをやめる	WEGOのプリントTシャツ、レピピのショーパン	学校で流行ってること、好きなこと	スクバの中身の取材で、編集部の人に「持ち物かわいいね」って言ってもらえた♡	撮影中、たくさん「かわいい！」と言ってもらえて緊張もほぐれた	ヘアサロンに無料で行ける♪
大阪 高1 かとぅ	2018年（第22回）	中2	155cm	盛れる角度を探した、細く見える写真を選んだ	字をキレイに書いた	ダイエット＆日焼け対策	ジェニィラブの黒ワンピ	ハマっていること、見てるドラマ	みあしおのサインがもらえた！	かわいいコたちに囲まれて、死んでもいいくらい幸せだった♡	撮影でガチコスプレができる
大阪 中3 クルミ	2017年（第21回）	小6	155cm	スタイルよく見えるショーパンで、足を少しV字に。顔はカメラに向ける	細かく、わかりやすく！	自己PRの練習、猫背にならないよう注意	レピピの黄色オフショルに、黒のタイトミニスカ	自己紹介、過去にやってたこと	カクカクしたポージングだったけどカメラマンさんが上手！って褒めてくれてうれしかった…	こっそり周りのコたちのマネしたり、完全にノリが楽しかった！	撮影で使ったものがもらえる！
東京 中3 マノカ	2017年（第21回）	小6	150.5cm	トップスIN＆ショーパンのウエストをギリまで上げてスタイルアップ	自分なりにキレイな字で	ニコラのオーデ系の企画を読み込む！	リンジィのTシャツ、ピンクラテのデニムショーパン	学校で流行ってること	待ち時間にお菓子用意してあった＆過去のニコラが読めた！	他の応募者のコ＆ニコ㋲でわいわい女子会みたいに話せた	ロケ弁がおいしい！撮影の楽しみ
大阪 中3 コハル	2017年（第21回）	小6	165cm	猫背にならないように、胸を張って堂々と！	できるだけキレイな字で！	体育祭で日焼けしないように注意した	GRLの白トップス、デニムショーパン	兄弟構成、学校で流行ってること	大好きなカノンちゃん、カヤちゃん、ヒビキちゃんに会えて幸せ！	最終審査でクルミと仲良くなって、その後一緒にニコ㋲になれた	撮影で東京の最新グルメを食べられる！
和歌山 中3 ハルカ	2017年（第21回）	小6	162cm	顔が明るくスッキリ見えるように。全身も顔重視！	ウケを意識せずありのまま書いた	ニコラとニコラTV見まくってポージング練	グレーTに赤ビスチェとレースカーデ、デニムショーパン	地元のいいところ	帰りに人生初の竹下通りに行けた！	合格の喜び！電話もらってから1時間号泣でした笑	スマホを買ってもらえた！
滋賀 中3 アム	2018年（第22回）	中1	160cm	アップは歯を出した笑顔に、全身は口を閉じたほほえみに	自己紹介などは細かく！	過去のニコラを読む、ポージング練習	ストライプのノースリブラウス、紺のショーパン	最近ハマっているもの	憧れのみあしおに会えた♡	かわいくしてもらって、プロのカメラマンさんに撮影してもらえた	ファンのコがSNSをフォローしてくれる！
神奈川 中3 ナナ	2018年（第22回）	中1	150cm	笑顔が自然に見えるように。明るい場所で撮ったよ	ボールペンより消せるペンで！	ポージングと上手に笑う練習	レピピのチェックブラウス、黒のプリーツミニスカ	今日の服はどこで買ったか、学校で流行ってること	大ファンだったリリちゃんのサイン写真をお土産にもらえた♡	ヘアメイク＆撮影を経験して「ニコ㋲ってこんな感じなんだ！」と知れた	自分に似合うヘアメイクを教えてもらえる
大阪 中3 カノン	2018年（第22回）	中1	154cm	脚がキレイに見えるよう、ショーパンのすそをギリまで折った！	キレイな字でくわしく！	美白、ポージング練、ニコラを読み込む	ラブトキの白トップス、イエローのショーパン	学校で流行ってること	チアダンスやってたのでカメラテストで「ジャンプしていいですか？」とジャンプした！	昔のニコラが置いてあって、待ち時間に読めた♪	ディズニーやUSJに行ける
福島 中2 セナ	2017年（第21回）	小5	161cm	自然光で明るく、笑顔！アップはパッと見たときいいなと思ったもの	字はていねいに心を込めて	日焼け止めぬる、ポージングと面接の練習	レピピのノースリブラウス、レピピのピンクショーパン	特技、好きなニコ㋲	ニコラのショッパーに入ったお土産がもらえた！（妹も）	東京に行けたのがプチ旅行気分＆みんな優しかった！	オススメのコスメを知れる！
東京 中2 ワカナ	2018年（第22回）	小6	151cm	アップは目がしっかり開いているか、全身は脚が細く見えるか	しっかりと質問に答えるように	ニコ㋲研究、あざを作らない、日焼けしない	ハニーズのグレーのTシャツ、GAPのデニムショーパン	学校ではどういうキャラか	みあしおに会えて、サイン＆写真撮ってもらえた！	アスカちゃん、ヒビキちゃんと最終審査でたくさん話せた	ロケバスに乗れるのが楽しい！
東京 中2 ミナミ	2019年（第23回）	中1	159cm	アップは目まで笑っているか、全身は猫背になっていないか	字は濃くハッキリ、大きく書く	「ニコ㋲になるまで」を読む、スキンケア	INGNIの白ブラウス、ハニーズの黒ショーパン	好きな学校行事	リナちゃんが「今日はいい天気ですね（大雨）」って言って緊張がほぐれた	メイクしてもらって、どんどん変わっていく自分を見れた	混んでない竹下通りを堪能できる
愛知 中2 シズク	2019年（第23回）	中1	157cm	アップはあごを引いて、全身は体型がわかるように手足を少し開く	誤字脱字をしないように真剣に	面接対策として紙に一問一答書いて練習	白のノースリブラウス、花柄ショーパン	好きなニコ㋲、オーデのためにがんばったこと	リナちゃん、サキちゃんとお話しできて写真も撮ってもらえた！	初めてのプロのヘアアレ＆メイクでかわいくしてもらえた	撮影で使ったスイーツが食べられる
岐阜 中1 カホ	2019年（第23回）	小6	151cm	家の中でも光が当たって明るいところを探した	ゆっくりキレイな字で	化粧水、乳液、ニキビケアを徹底的に	ラブトキの黒タンク、黒のデニムショーパン	趣味と特技	面接で同じグループだったコと仲良くなれた！	たくさん憧れのコスメを見ることができてうれしかった	新大久保など、初めての体験ができる
愛知 中1 ユラ	2019年（第23回）	小6	153cm	アップは目がしっかり開いて表情豊かに見えるように	ひとつひとつの字をていねいに	表情＆ポージング練、キウイ食べる	ラブトキの花柄ブラウス、デニムのミニスカ	好きなニコ㋲、学校で流行ってること	帰り際、リナちゃんとサキちゃんが「またね」と手を振ってくれた！	ずっと憧れていたニコ㋲の皆さんとたくさん話せた♡	第二の学校みたいで楽しい！
大阪 小6 ユナ	2019年（第23回）	小5	163cm	姿勢よく。全身は脚が細く、アップは笑顔が自然に見えるように	分かりやすいようていねいに	ポージング、表情練、オーデ体験マンガを読む	レピピの黒トップスにWEGOのデニムショーパン	よく使うコスメ	二次審査でもちょこっとヘアメイクしてもらえた！	オーデを通していろんなニコ㋲に会えた！	いつも行列のお店に開店前に行ける

nicola

2020年 6月号 もくじ

公式ホームページ「ニコラネット」
http://www.nicola.jp

色白になれちゃうついでに、ニコ㊮オーデ受けちゃお!! 号

特集ナンバーは、P63のプレゼント応募用紙のQ2とQ3を答えるときに見てね! この黒丸が特集ナンバーだよ!

お知らせ 今月号に掲載予定だった「リップ探し旅」「先取り夏ガーリー」「エモ小物が今っぽ♡」「男子が見てるのは手とおでこだった!」「体育祭&文化祭JCヘア」「ニコ㊮が体育祭グッズDIYしてみた」「部活別グッズ!」「SNOWで盛りたおし♡」の8つの特集は、新型コロナウイルスの感染拡大の影響により、7月号に掲載となりました。楽しみに待っていて下さった読者のみなさんにはご迷惑をお掛けし申し訳ありません。

いつも応援して下さるニコラ読者のみなさんへ

新型コロナウイルスの感染拡大の影響で、自宅で過ごしている方もたくさんいると思います。ウイルスや勉強への不安を抱え、友だちと会えなかったり、お出かけもできず、多くのことを我慢している方もいることでしょう。そんな読者のみなさんに、少しでも楽しんでもらえるように、出来る限りの安全対策をしながらニコラを作っています。1日も早く事態が収束することを願うとともに、開放日などのイベント再開も引き続き検討していきます。
またみなさんと、元気に会える日を楽しみにしています。みんなで乗り越えましょう!

今月号の表紙モデルは
高1・小林花南(こばやしかなみ)(カナミ)& 中3・池未来実(いけくるみ)(クルミ)& 中3・林芽亜里(はやしめあり)(メアリ)



COVER STAFF
Photo/Fujii Daisuke(Models), Masumot Kohji(Stills) Stylist/Shimano Mayuko Hair&Make/Tsuzuki Hikari Models/Kobayashi Kanami,Ike Kurumi,Hayashi Meari Logotype/Arai Fumiko Cover Design/Yokoyama Nozomi[hope]

カナミ★シャツ¥2750(完売の場合あり)/G・F・C 原宿店 ビスチェ¥4378、ネックレス¥880/ともにヴォルカン&アフロダイティ 渋谷109店 スキニーデニム¥4389/レピピアルマリオ ヘアピン(3本セット)¥1760/グランドエッジ 渋谷109店 イヤリング¥1650/Me% リング(4本セット)¥770、チェーンベルト¥1428/ともにスピンズ クルミ★デニムビスチェ¥3218、デニムショーパン¥3218/ともにヴォルカン&アフロダイティ 渋谷109店Tシャツ¥1299/H&M カチューシャ各¥550/スピンズ イヤリング¥1650/Me% チョーカー¥1430/グランドエッジ 渋谷109店 メアリ★オフショルダーブラウス¥3080/ロマンティック スタンダード デニムパンツ¥3990/ベルシュカ・ジャパン アメピン(5本セット)¥165/スピンズ イヤリング¥880/ラブトキシック 3連ネックレス¥1650/Me% クリアベルト¥1749/レピピアルマリオ

ふろく

レピピアルマリオ 2wayキャンバストート



※ふろくについてのお問い合わせ先
新潮社 雑誌定期購読係
0120(323)900(平日9時～17時)
FAX 0120(988)959(24時間OK)

要チェック!! 今月は合計131名!!

今月のプレゼントページはココ!

プレゼントの応募方法
…はプレゼントがのっているページに指示がない場合、P63のプレゼント応募用紙を使って応募してね♪

表紙のサイン入り生写真をプレゼント中!!

発行人 佐藤朝信
編集長 小島知夏
副編集長 久保田裕子
編集スタッフ 髙市真子・池戸里奈・松本裕美子・西山鮎佳・山崎真奈・逢澤梢
庶務スタッフ 永井亜希・金井久美
ニコラネット 柚山賢舟
広告 志村浩宏・吉村玄・小松あゆみ

Title Logotype 荒井富美子
Cover Design 横山希(hope)
Designers 大橋智子・大瀧知子(cresc,)・micro fish・平尾典久(AMG)・大内優貴・ma-h gra・辺土名みゆき(HENGRAPHIX)・松崎裕美+佐藤ちひろ+西田菜々恵+関根ひかり(Flamingo Studio)・midoriya・slash・西郡理絵・田辺梨乃・WHITE AGENCY・Londonz・hope・FLY・ACQUA

発行所・株式会社新潮社 〒162-8711 東京都新宿区矢来町71
電話・編集部 03(3266)5108 営業部 03(3266)5111
広告部 03(3266)5211

編集部への問い合わせは平日10時～17時にしてね。

印刷者・北島義斉
印刷所・大日本印刷株式会社 東京都新宿区市谷加賀町

※本誌に掲載されている商品の価格は、消費税を加えた総額表示になります。 ※QRコードは(株)デンソーウェーブの登録商標です。

第2回

もっとかわいく♡

ロートプリンセス コレクション Collection

ロートプリンセス撮影の
裏側をニコラTVで公開中

ニコラTVでロートプリンセスの撮影の裏側を公開中！ 楽しそうな撮影の様子を見られるよ。ココハが教えるアクネス泡洗顔のやり方もCheckしてね♥

日差しが強くなって、日焼けや肌荒れが気になるよね。
リミプリンセスの透きとおるような美肌の秘密は
白潤スキンケア。白潤の化粧水&乳液でみんなも
うるうる色白肌を一緒に目指そ♥

Photo/Kambe Kentaro(Model),Masumot Kohji(Stills)
Stylist/Yamashita Arisa Hair&Make/Ichioka Ai［PEACE MONKEY］
Model/Rimi Design/Nishigori Rie
※クレジットのない衣装は私物です。



鏡よ鏡…。白潤で憧れ透明感を叶えてください。

中2・凜美（リミ）

今月のプリンセス👑リミ

Lesson
白潤スキンケアで
日やけ&肌トラブル※1対策

白潤は中学生の肌悩みを考えたスキンケア

悩み1 体育や部活で日やけしちゃう！
→ 白潤スキンケアなら透明感※2のある色白肌へ近づけてくれるよ

悩み2 夜ふかしで肌トラブル※1が…!!
→ ハトムギエキス配合。肌がうるおってキメが整う♡

※1 乾燥のこと ※2 メラニンの生成を抑えてそばかすを防ぐ

肌ラボ 白潤（しろじゅん）



薬用美白 化粧水

うるおいを与えながら、透明感のある色白肌に近づけてくれる化粧水。（販売名：ハダラボ薬用ホワイトニング化粧水Lb）170ml ¥814（編集部調べ）／ロート製薬［医薬部外品］

薬用美白 乳液

化粧水後の肌にフタをして、乾燥を防いでくれる。なめらかなつけ心地の乳液。（販売名：ハダラボ薬用ホワイトニング乳液b）140ml ¥814（編集部調べ）／ロート製薬［医薬部外品］



リミ★ティアラ¥1650／クレアーズ原宿駅前店 イヤリング¥880／ラブトキシック

プリンセスリミのやってみロート

化粧水

1 化粧水を手にとる
手のひらに500円玉くらいの化粧水を出すよ。けちらずたっぷり使うのがおすすめ！

2 手のひらになじませる
出した化粧水を両手になじませよう。温めると肌へのなじみがよくなるんだって。

3 押しこむように肌になじませる
手のひらで押しこむように化粧水を肌に入れて。ほっぺが手に吸いついたらOK。

乳液

4 乳液を手にとる
化粧水をつけて約45秒待ったら、手のひらに50円玉くらいの乳液を出してね。

5 顔にのばす
化粧水と同じように乳液を両手にのばしたら、顔全体にムラなくのばしていくよ！

6 手にほっぺが吸いついたら完了
ほっぺをさわってもちもちしたら完了。水分を入れた肌に乳液でフタをするイメージ。

リミ★チュールキャミ¥3278／ヴォルカン&アフロダイティ 渋谷109店 タンクトップ¥1078／ピンク ラテ

化粧水と乳液のセット使いが大事！
化粧水でうるおいを与えて
↓
水分が逃げにくい！
乳液でフタをするよ！

商品情報はここからチェック

もっともちもち肌になりたいコは！

肌ラボ 極潤（ごくじゅん）（化粧品）

もちもち肌を叶えてくれる肌ラボシリーズ。乾燥が気になるコや、秋冬使いにおすすめ！

販売名：ハダラボモイスト化粧水c

販売名：ハダラボモイスト乳液b

プリンセスリミのビューティーデータ Beauty Data



正統派美少女のリミの顔。目の大きさや鼻の高さはまさにお人形みたい。憧れちゃうよね♥

Rimi Data	
顔の横幅：13cm	顔の長さ：18cm
口の横幅：4.3cm	鼻の高さ：1.1cm
目の横幅：3.3cm	目の縦幅：0.7cm
	まつげの長さ：1cm

レピピアルマリオ 9代目イメ㋲は 若林真帆！

ワカバヤシ マホ



若林真帆です！ なんと！ 9代目レピピアルマリオのイメージモデルに選んで頂きました♡ これから1年、「マホレピ」として、レピピを沢山もりあげていくよー!!! みんな大好き♡

Maho thank(^-^)

マホレピ時代スタート!!

INTERVIEW

新イメ㋲に選ばれたマホに、イメ㋲になったレピピのこと、これからやってみたいことを聞いてみたよ！

Q: マホにとってレピピはどんな存在？

手が届きそうで届かない、キラキラした特別な存在。マホがニコ㋲になった当時イメ㋲だったリンカ（久間田琳加）ちゃんが着ていたレピピの洋服が本当にかわいくて、あこがれの存在になったんだ。とくに、韓国で撮影していたカタログが印象的！ かわいかったなあ〜！



Q: マホレピをどんなブランドにしていきたい？

ナンバーワンブランド!!!!

どのブランドよりも最先端の流行を発信していきたい！ みんな、ついてきてね！

Q: イメ㋲になったことを知ったときの感想は？

前イメ㋲のリナからのドッキリ発表のときはおどろきすぎてリアクションがビミョーになっちゃったけど（笑）、**ずっとレピピのイメ㋲になりたいと思ってたから本当にうれしかった！** 今はもう閉店しちゃったけど、福岡にあったレピピのお店でよくお買いものしてて、**私服でもよく着てるブランド**だから。イメ㋲になれるならレピピがいいなって思ってました！

Q: レピピのお洋服を初めて買ったのはいつ？

小6の秋くらい。地元の佐賀にはレピピがなくて、ニコ㋲になって初めてお店に行きました。黒のフレアっぽいリングのついたスカートを買ったよ！



2017年3月 ニコ㋲になって 4枚目のニコスナ!!

Q: イメ㋲として挑戦してみたいことは？

コラボのお洋服や小物を作ってみたい！ それと、メイクが大好きだから**最新メイクとコーデを組み合わせた**ページにも挑戦してみたいな。**メイクのカラーと洋服のカラーを合わせたり**とか！ どうかな？

レピピニュース！

webストア先行でノベルティ&限定ショッパー登場♥

4/24（金）スタート！

シアー&グミベアがかわいいトートバッグを、ウェブで¥6000（税込）以上お買いものしてくれたコにプレゼント！ さらに、お買いものしてくれた.st会員の方全員に、限定ショッパーもお渡ししちゃうよ！ 同じグミベアデザインがかわいい♡ セットでGETしよう！ 店舗では、今後実施する予定です。※どちらもなくなり次第終了となります。



高1・若林真帆（マホ）



レピピア



Hello! New Repipi!

Maho New generation

@mahorepi_2020

生徒会長・マホがレピピイメ㊦に大決定！　マホらしい地元で着られるマネしやすいコーデと、流行最先端の最新コーデ、マホレピがどっちも提案しちゃうよ〜！ お楽しみに！

Photo/Fujii Daisuke Stylist/Shimano Mayuko Hair&Make/Akagawa Megumi Model/Wakabayashi Maho Design/Flamingo Studio ※クレジットのないものは全て私物です。

マホ☆ベスト&Tシャツセット¥4389／レピピアルマリオ　ブレス¥330／パリスキッズ 原宿本店　イヤリング¥770、リング（6本セット）¥770／ともにクレアーズ原宿駅前店



@マホレピ 1

首元の透けでぬけ感作ってまーす。

フツーのTシャツだと子どもっぽく見えるけど、肌をチラっと見せることで一気に大人化！　黒多めなのも着やすい〜！

マホ☆首チュールきりかえTシャツ￥3289※5月中旬入荷予定、ラインミディ丈スカート￥3289、キャップ￥2189、スポサン￥4389／すべてレピピアルマリオ　ベルト￥1870／スピーガ 渋谷109店



@マホレピ 1

ちょーどいい肌見せ

クールでカッコよくてあこがれる。そんな新しいレピピを作りたい。シンプルな着こなしが好きだけど、たまには攻めたコーデもいいよね？🌺 パッと目を引くおしゃれなコーデをみんなに提案していくよ！💚 準備はいい？ ついてきてね！💚💚

REPI

レピピ、始まる〜



透けシャツでチラ♡が2020の肌見せルール。

今季のトレンドはなんと言っても"透け"！　素肌がうっすら透けるシャツで、やりすぎない肌見せに大成功♡

マホ☆透けシャツ￥4389※5月中旬入荷予定、フォトTシャツ￥3289、チャームつきスカパン￥3289、スマホショルダー￥2739※5月上旬入荷予定／すべてレピピアルマリオ　イヤリング（3セット組み）￥990／クレアーズ原宿駅前店　サングラス￥1100／グランドエッジ 渋谷109店



@マホレピ 1

ミニ丈でいさぎよく脚出す!!

ロング丈も好きだけど、Tシャツ×ミニ丈をクールに着こなすのがマホレピ流。古着っぽTがイケてんだよね〜♪♪

マホ☆Tシャツ￥3289、チェーンつきスカパン￥4389※5月下旬入荷予定、ソックス￥418、ハイテクスニーカー￥4939／すべてレピピアルマリオ







@マホレピ4

サマーカラーはオレンジ一択！

正直地元じゃ着れないと思ったコもいるかも。でもマホレピの新しさが伝わるでしょ？　ガツンとオレンジで目立ってこ！

マホ☆前むすびしたTシャツ¥2189※5月下旬入荷予定、カーゴパンツ¥4389、クリアベルト¥1749、ハイテクスニーカー¥4939／すべてレピピアルマリオ　ヘアピン（6本セット）¥550、ネックレス¥550／ともにクレアーズ原宿駅前店

ハデ色で攻めます！
おしゃれ上級者なんで！



小物ならすぐ取り入れられるハズ

@マホレピ4

夏のトレンドカラーを小物で先取り！　このワンピ、カジュアルすぎないバランスでマホのお気に入りに決定。

マホ☆サコッシュ¥2189※5月上旬入荷予定、チュールキャミワンピース&Tシャツワンピースセット¥4939※5月上旬入荷予定、スポサン¥4389／すべてレピピアルマリオ　イヤリング¥550／クレアーズ原宿駅前店





顔まわりは盛ってナンボ！

@マホレピ2

ソフトピープス

黒×パープル着とけばOK～

カンタンでしょ？

ピープス系がニガテってコも、食わずギライしないで着てみてー！　このジャンスカ、スタイルもよく見える効果アリ！

Tシャツ¥2189、ジャンスカ¥4939※5月上旬入荷予定、バケットハット¥2739、イヤリング¥880／すべてレピピアルマリオ　ブーツ¥4290／T&P渋谷109店

MAHO

～クールなニュー

@マホレピ3

モノトーンガーリー

ガーリー系もたまには着ます！　モノトーンガーリーは、甘さ7：辛さ3のバランスがカギ。小物はクール&シンプルにね。

マホ☆ワンショルダーフリルトップス¥2189、ハイウエストスキニーパンツ¥4389、クリアショルダーバッグ¥2189、厚底サンダル¥4939／すべてレピピアルマリオ　イヤリング¥550／クレアーズ原宿駅前店



足元ゴツめがちょーどいい。

maho

SHOPLIST

ソラド竹下通り 1F
mozoワンダーシティ 3F
ラゾーナ川崎プラザ 3F
那覇メインプレイス 1F　ほか
レピピのお店は全39店舗！



チェリーコークコラボTシャツ¥3190／ピンク ラテ
イヤリング¥1320／アリアズ 渋谷109店

お待たせしました。小林花南、念願のピンク ラテのイメ㋲デビュー!!
ストリートもガーリーも似合う無敵モデル×ハヤリいっぱいのピンク ラテ。
ハッキリ言って、最強にかわいいんで♥


PINK-la
Kana Latte
New Image Model
Kanami Kobayashi
Kanami
小林 花南
Tシャツ¥3190／ピンク ラテ
イヤリング¥550／アリアズ 渋谷109店
チョーカー¥550／クレアーズ原宿駅前店
MY GIRL
Wake up!
K
Photo/Terada Maho［LOVABLE］ Stylist/Shimano Mayuko Hair&Make/Tsuzuki Hikari Model/Kobayashi Kanami Design/hope
※クレジットのないものは全て私物です。

明るくてパリピなカナミって、季節で言うとまさに夏。そんな
カナラテには、ジューシー＆カラフルな先取り夏コーデが推せる♥

推しガール Summer



PoP! PoP!

メッシュキャミワンピ
Mesh Camisole One Piece

この夏はとりあえずすけアイテムしか勝たん♥

すけが大流行のヨカンのこの夏。他のコと差をつけるならメッシュのキャミワンピで決まりでしょ。Tシャツつきで着まわし力も◎！

メッシュキャミワンピース&Tシャツセット¥4290、ベルトつきショーパン¥3190、ショルダーバッグ¥3850／すべてピンク ラテ　カチューシャ¥550、ブレスレット¥770／ともにクレアーズ原宿駅前店



PoP! PoP!

ゼブラ柄スカート
Zebra Pattern Skirt

ピンクなピープスコーデでダンスやってるコの彼女風

「ゼブラって派手すぎ」って思ったキミ、ブロックチェック感覚で着ればいーんです。派手色との相性もバツグン！甘くないピンクコーデもアリでしょ♥

あみあげゼブラ柄スカパン¥3850、Tシャツ¥2530、ブーツ（参考商品）／すべてピンク ラテ　チョーカー¥1320／クレアーズ原宿駅前店



JUICY

そでハトメTシャツ
Eyelet Sleeve T-shirt

フォトプリTシャツ2020はそでで盛りに進化!!

みんなだーい好きなフォトプリ。次に買うならフツーのやつじゃなくて、そでにハトメがついたこんなデザインはいかが？ネオングリーンもまぶしっ！

そでハトメフォトTシャツ¥3190、ベルトつきショーパン¥3190／ともにピンク ラテ　ヘアピン（4本組）¥660、うでにつけたシュシュ¥330／ともにクレアーズ原宿駅前店



PoP! PoP!

チェーンキャミ
Chain Camisole

チェーンとちょうちょのコンビにひと目ボレ待ったなし♥

肩ひもがチェーンだなんて、見たことないかわいさ！　あえてベージュチェックのイイコちゃんスカートで、ちょいワル坂道系、なんちゃって。

チェーンキャミソール&Tシャツセット¥4290、プリーツドッキングスカパン¥3190／ともにピンク ラテ　ヘアゴム（10本組）¥330、イヤリング¥550／ともにクレアーズ原宿駅前店



PoP! PoP!

ドッキングスカート
Docking Skirt

スタイルよく見えておしゃれな変形スカートばんざい☺

タイトミニにプリーツがくっついたような変形スカートは、太ももをカバーしてくれるうれしい効果つき。うすパープルなら×色もキマる！

ノーコーヒーコラボTシャツ¥3190、ドッキングスカート¥3850、バケットハット¥2530、ソックス¥660、ハイテクスニーカー¥5390／すべてピンク ラテ　イヤリング¥770／クレアーズ原宿駅前店

JUICY POP! POP! カナラテ夏



チェリーとすけのコンビが
カナラテのトレンド入り!!

JUICY

Cherry(チェリー) Coke(コーク)ワンピ

Cherry Coke One Piece

GW限定ショッパー登場!

GW限定ショッパーが4/30からスタートするよ! クリアピンクにパープルのロゴが今っぽくてかわいい♥ ぜひGETしてね!

次世代おしゃれ番長としては、チェリーを選ばずにはいられません! しかもすけてるし、チョーカーつきだし…夏の流行、これにて制覇♥

チェリーコークコラボのチョーカーつきワンピース¥4730、巾着つきクリアショルダーバッグ¥3190、スボサン¥5390／すべてピンク ラテ　ヘアクリップ（12本組）¥550、イヤリング¥509／ともにクレアーズ原宿駅前店

POP! POP!

ラインメッシュロンスカ

Line Mesh Skirt



ストリート派のロンスカは
メッシュでハズすのが正解

無条件で大人っぽく見えるロンスカは、スト派ならラインやメッシュのカジュアル要素を加えるのがよき。流行カラーの水色も甘くなりすぎない♪

メッシュロングスカート¥3190、肩チュールきりかえTシャツ¥3190、スニーカー¥3850／すべてピンク ラテ　ヘアピン（4本組）¥550／クレアーズ原宿駅前店　クリアハーネス¥2197／スピンズ

JUICY

すけシャツ

Sheer Shirt



たまには着たい大人シャツ
ミントとキャップでカジュしてね

春ってシャツ着たくなるよね〜。でも、ただ大人に着るのはつまんない。ショーパンとTシャツでカジュ化。トッピングにキャップを♪

すけシャツ&Tシャツセット¥4290、ハイウエストショーパン¥3850、キャップ¥2200／すべてピンク ラテ　イヤカフ各¥330／クレアーズ原宿駅前店　チェーンベルト¥1098／スピンズ

JUICY

Cherry(チェリー) Coke(コーク)Tシャツ

Cherry Coke T-shirt



ズキュン♥な赤
チェリーのかわいさまんきつ

赤とデニムの組み合わせって無条件でかわいくない!? ロゴに入ったさりげないチェリーも飽きずに長く着られそう。デニムにもチェリーがこんにちは♥

チェリーコークコラボTシャツ¥3190、ハイウエストスキニーデニム¥4290／ともにピンク ラテ　カチューシャ¥330／クレアーズ原宿駅前店　イヤリング¥1430／グランドエッジ 渋谷109店

SHOP LIST

- イオンモール名取
- SoLaDo竹下通り
- ららぽーと豊洲
- イオンモールむさし村山
- ららぽーと横浜
- ららぽーと湘南平塚
- アリオ橋本
- イオンモール座間
- ららぽーと TOKYO-BAY
- レイクタウン mori
- ららぽーと富士見
- イオンモール浦和美園
- イオンモール羽生
- イオンモール水戸内原
- けやきウォーク前橋
- イオンモール太田
- FKD 宇都宮インターパーク
- イオンモール新潟南
- イオンモール高岡
- イオンモール浜松志都呂
- ららぽーと沼津
- イオンモール各務原
- 上小田井 mozo ワンダーシティ
- イオンモール熱田
- イオンモール大高
- イオンモール岡崎
- イオンモール木曽川
- イオンモール鈴鹿
- ららぽーと EXPOCITY
- SHIBUYA109 ABENO
- イオンモール大日
- イオンモール堺北花田
- 神戸ハーバーランドumie
- イオンモール大和郡山
- イオンモール伊丹
- イオンモール倉敷
- イオンモール広島府中
- おのだサンパーク（シューラルー内）
- ゆめタウン高松
- イオンモール徳島
- イオンモール福岡
- イオンモール福津
- イオンモール筑紫野
- トキハわさだタウン
- イオンモール熊本
- 沖縄パルコシティ



ラブトキシックの新イメ㊭にエリナが決定♡　おしゃれでファッション大好きなエリナはイメ㊭ぴったりすぎる！　エリナ×ラブトキ＝エリトキをこれからよろしくね～！

Photo/Fujii Daisuke Stylist/Yamashita Arisa Hair&Make/Yoshida Miyuki[B★side] Model/Machida Erina Design/Umemoto Mai[WHITE AGENCY]

※クレジットのないものは、すべて私物です。

2020 LOVETOXIC イメ㊭エリナ！

ラブトキシック

ドキドキエリトキはじまるよ♥

高1・町田恵里那（エリナ）

カジュストリート

モノトーン＋ポイントカラー　カジュ派のカラーコーデ完成♡

クールな攻めコーデも白多めモノトーンが最強バランスな件！　主役のパープルトップスを目立たせることに成功♡

ベストレイヤード風Tシャツ￥2640
ロゴテープショートパンツ￥3190
刺しゅうバケットハット￥2189
ミニフラワークリップ（5色セット）￥550
ビニールショルダーバッグ￥2189／すべてラブトキシック
ブーツ￥4290／T&P渋谷109店

攻めカジュ

パステルカラーのタイダイにハーネスで攻め感プラス！

ラブトキからコーデのアクセントにピッタリなハーネス出たってよ♡　パステルなタイダイワンピがひきしまる～！

ベルトつきタイダイTシャツワンピース￥4290
リングハーネスベルト￥2189
PVCテープイヤリング￥660
ソックス￥275
サンダル￥4389／すべてラブトキシック

#エリトキパレット

エリナがコーデしたラブトキ服を『#エリトキパレット』として毎月紹介するよ！　来月からも楽しみにしていてね♡

@eritoxic 夏らしくさわやかな感じでまとめて、カジュアルとスポのいいとこどりしてみたっ♡
オーロラベルトで夏らしさもアップ～。
#エリトキパレット #LOVETOXIC
#ラブトキ #エリトキ

くまポケットTシャツ￥1099
ベルト付きスカパン￥3630
ガチャベルト￥1089
／すべてラブトキシック

エリトキNEWS

1 原宿特大ポスターがエリトキver.に！

ついにイメ㊭発表！　原宿ソラド竹下通り店にも特大エリナが登場♡　オフショット満載のエリトキムービーも公開するよ！

2 ノベルティフェア開催！ 透明サコッシュ＆タオルをプレゼント♥

￥5500（税込）以上お買い物してくれたコにプレゼント！　なくなり次第終了だからSHOPでチェックしてね！

ONLINE SHOP

オンラインショップやショップリストはWebサイトからチェック！「ラブトキシック」で検索

ラブトキ公式SNS

オシャレガール必見!!!　ラブトキの最新アイテムやエリトキ情報盛りだくさん！　フォローミー♪

@lovetoxic_love
@lovetoxic
@lovetoxic_official
「エリトキTV」で検索

商品のお問い合わせ先

Lovetoxic
ラブトキシック（ナルミヤ・インターナショナル）
0120-985-080

エリトキパレットでおしゃレベ無限大♥

ラブトキシックの新イメージモデルになりました♡
1年間「エリトキ」として沢山の"可愛い"
を発信していけるように 私らしく頑張ります
よろしくお願いします☺



大人カジュ

くまTをロングデニムで大人に着るのがエリトキ♡

肩チラがかわいすぎるくまTは大人見えするロングデニムと相性バツグン!! 脚は出さずに肩だけ肌見せが大人っぽ◎

肩ファスナーベアTシャツ¥2640
中に着たチュールタンクトップ¥2189
ラインワイドパンツ¥3289
ビニールトートバッグ¥3289
厚底ラインスニーカー¥4389／すべてラブトキシック
イヤリング¥429／サンキューマート原宿竹下口店



大人ガーリー

透け感のあるタイダイはベージュTで大人コーデに♡

ニューフェイスのチュールタイダイスカート! 大人っぽいカラーと合わせるのが、タイダイの今っぽコーデなの♡

袖チュール切替Tシャツ¥2189
タイダイチュールスカート¥3289
イヤリング¥550
サンダル¥4389／すべてラブトキシック



甘ガーリー

ちらっとプリーツなチェックジャンスカはガーリーの味方♪

おでかけエリトキ服はジャンスカにラブコール! 清そっぽいチェックにチラッと首の肌見せでギャップ女子♡

ジャンスカプリーツワンピース¥5390
つば広カンカン帽¥2189／ともにラブトキシック
イヤリング¥330／パリスキッズ 原宿本店
パンプス¥4290／T&P渋谷109店



カジュガーリー

エリナのマイカラープリズムミント×ラブトキの推し柄タイダイ最強エリトキコーデでーきた♥

ポケットと袖にチェリーがチラッ♡ トップスのミントやスカートのタイダイが淡いカラーだからカジュガーリー見え!

チェリーポケットTシャツ¥2189
ベルトつきタイダイスカパン¥4290
イヤリング¥880／すべてラブトキシック
ラメピン（4本セット）¥330／お世話や

● REC

大人フォトプリ もっと、ほしい♥

Kissin' my tops
キッシング　マイ　トップス

フォトプリトップスって前からあったじゃん!って思った!? おしゃれ好きが着たいフォトプリトップスは
ちょっと"大人っぽい"ヤツ。今、着るべきフォトプリトップスのキーワード教えるね♪



高1・安村真奈（マナ）

中3・林芽亜里（メアリ）

中2・組橋星奈（セナ）

Otona Rule / 1

迷ったら モノトーン でまとめる!

モノトーンプリントってだけで大人化が進行! アイテム選びに迷ったら、まずモノトーンから手にしてみて。

プリントもコーデも
どっちもモノトーンで!

Otona Rule / 2

ロングボトム と合わせる!

大人見え確定済みの
ロング丈なら、ほらね♥

×ミニ丈は子どもっぽくなりがちなフォトプリTはロング丈ボトムと合わせるだけで大人っぽい着こなしが可能!

Otona Rule / 3

透け服 と重ねる!

今流行りのアイテムのひとつ、チュール合わせならコーデの今っぽさUP。上に下に重ねてレイヤードを楽しんで!

チュール合わせの＋αな
上級着こなししちゃう?

Otona Point　上に重ねる!

Otona Point　ロングスカート

Otona Point　モノトーン

フォトプリ服を大人っぽく着るルール3

メアリ☆ゆるシルエのロンTに、あえてゆるスカートを合わせたゆるゆるスタイル。足首を出してぬけ感を作ることはマストでキープして。花柄スカート¥2859／sango 原宿2号店　チューリップロンT¥2197、巾ちゃくトートバッグ¥2197／ともにスピンズ　イヤリング¥770／クレアーズ原宿駅前店　ハイカットスニーカー¥6380／コンバース

チュールロンTを中に
仕込むだけでおしゃれ度高まる

Otona Point　中に重ねる!

マナ☆ロンTにチュールロンTの合わせ技はウエストマークしてスタイル良く。カラーチュールなら雰囲気チェンジが可能。チュールロンT¥3278／ヴォルカン&アフロダイティ 渋谷109店　フォトロンT¥2197、フレアパンツ¥1625／ともにセブンズ　サングラス¥880／パリスキッズ 原宿本店　クリアベルト¥1759／W♥C　クリアバッグ¥2189／GU　スニーカー¥3190／T&P 渋谷109店

Otona Point　ストレートデニム

ゆるカジにも
着れちゃうんだから〜

ほぼ黒ってだけで
大人見えするってズルい

Otona Point　ほぼ黒

セナ☆Tシャツ×ミニプリーツの王道コーデも大人フォトプリの力で今っぽさUP! 色を一切使わない潔さがポイント。フォトTシャツ¥4950／ヴァンズ(ヴァンズ ジャパン)　ショルダーベルトつきスカート¥3299／W♥C　キャップ¥2200、ショルダーバッグ¥3190／ともにピンク ラテ　ネックレス¥770／スピンズ　ソックス(3足) ¥1100／チュチュアンナ　サンダル¥3190／T&P 渋谷109店

マナ★中に着たメッシュロンT¥3278／ヴォルカン&アフロダイティ 渋谷109店　フォトTシャツ¥980／ハニーズ　ボタンスカート¥2197／スピンズ　アメピン(2色40本セット) ¥330／パリスキッズ 原宿本店　イヤリング¥880／ラブトキシック　ソックス※店舗限定(3足) ¥1100／チュチュアンナ　ブーツ¥4290／T&P 渋谷109店

メアリ☆ストレートデニムにTシャツ合わせでゆるカジに。味気なさはチュールえりで解消!　ストレートデニムパンツ¥6490／Ni CORON 渋谷109　転写Tシャツ¥3289／レピピアルマリオ　中に着たチュールえりTシャツ¥2640／ラブトキシック　パッチンピン(3色セット) 各¥429／サンキューマート原宿竹下口店　メガネ¥855／セブンズ　スニーカー¥8250／ヴァンズ(ヴァンズ ジャパン)

セナ☆ロンTとドッキングタイプはストリート度高め。黒多めならフォトプリTでより辛口コーデを楽しめる!　フォトロンT¥2197／セブンズ　スキニーデニム¥2090／スピーガ 渋谷109店　ヘアピン(6本セット) ¥990／クレアーズ原宿駅前店　イヤリング¥330／パリスキッズ 原宿本店　スニーカー¥5390／ピンク ラテ

Photo/Takemura Makiko Stylist/Yamashita Arisa Hair&Make/Ichioka Ai [PEACE MONKEY] Models/Yasumura Mana,Hayashi Meari,Minato Koharu,Kumihashi Sena,Rimi Text/Fuse Kyoko Design/Saito Juna [ma-h gra]

※クレジットのないものは私物です。

Otona（オトナ） PHOTO PRINT TOPS（フォトプリトップス） Collection（コレクション）



1匹いると今っぽ くま

Photo print Tops Collection 1

リアルなぬいぐるみ
プリントなら大人っぽ！

メアリ☆プリントTシャツ¥980／ハニーズ　中に着たレースきりかえタンク¥1758／スピンズ　ベルトつきスカパン¥3190／ラブトキシック　リボンヘアクリップ¥550／パリスキッズ 原宿本店　イヤリング¥990／クレアーズ原宿駅前店

Photo print Tops Collection 2

中2・凜美（リミ）

くまプリントの甘さを
白ベースでほどよくセーブ

リミ☆レースアップロンT¥2197、中に着たチュールトップス¥1097／ともにセブンズ　チェーンつきスカパン¥3190／ラブトキシック　ヘアピン（4本セット）¥1100／グランドエッジ 渋谷109店

Photo print Tops Collection 3

胸元にぽん・ぽん・ぽん
こんくらいの主張もアリ

セナ☆転写パーカ¥3190／ピンク ラテ　スカパン¥4290／ラブトキシック　カチューシャ¥1760／グランドエッジ 渋谷109店

Photo print Tops Collection 4

黒＋くまプリントって
それだけで毒っけアリ♥

マナ☆ベルトつきフォトワンピ¥4389／レピピアルマリオ

色少なめがおしゃフラワー

Photo print Tops Collection 5

フラワー＝カラフルって
思ってなかった？

リミ☆フォトTシャツ¥3190／マジェスティックレゴン　リボンヘアゴム¥330／パリスキッズ 原宿本店

Photo print Tops Collection 6

色少なめフラワーで
大人ガーリーに仕上げて

マナ☆転写Tシャツ¥3289／レピピアルマリオ

なんかおしゃれ♥ 風景

Photo print Tops Collection 7

中3・湊胡遥（コハル）

おしゃな風景ってだけで
なんかイケてるでしょ？

コハル☆フォトTシャツ¥980／ハニーズ　スキニーパンツ¥4290／ピンク ラテ　パッチンピンセット¥550／クレアーズ原宿駅前店　サングラス¥429／サンキューマート 原宿竹下口店

Photo print Tops Collection 8

Instagramにありそうな
映えシーンって、好き♥

メアリ☆フォトフレンチTシャツ¥980／ハニーズ　チャームつきキャップ¥2200／ピンク ラテ

海外っぽが人気！ GIRLS

Photo print Tops Collection 9

ガールズフォトプリは
ハデ色との相性バツグン！

コハル☆フォトロンT¥3278／ヴォルカン&アフロダイティ 渋谷109店

Photo print Tops Collection 10

ガールズフォトプリ
×アメリカンPOPがカワ★

メアリ☆フォトベスト¥3278／ヴォルカン&アフロダイティ 渋谷109店　スカパン¥3190／ピンク ラテ　カチューシャ（6色セット）¥660、イヤリング¥550／ともにクレアーズ原宿駅前店

Photo print Tops Collection 11

ガールズフォトプリで
ピンクをかっこよく着る!!

マナ☆フォトロンT¥3278／ヴォルカン&アフロダイティ 渋谷109店

Photo print Tops Collection 12

背中フォトプリなら
おしゃ度上がった気がする

セナ☆ドッキングフォトロンT¥4378／ヴォルカン&アフロダイティ 渋谷109店　カラーピン（5色50本セット）¥330／パリスキッズ 原宿本店　イヤリング¥770／クレアーズ原宿駅前店

映えかわいい たべもの

Photo print Tops Collection 13

クールに見せかけて
かわいさもって、ズル♪

マナ☆フォトワンピ¥4389／レピピアルマリオ　ハーネスベルト¥429／サンキューマート 原宿竹下口店

Photo print Tops Collection 14

キャンディ、パステル、ロゴ
着たくなる要素しかナイ♥

セナ☆レイヤード風転写Tシャツ¥3190、キャップ¥2200／ともにピンク ラテ

Photo print Tops Collection 15

インスタント写真風の
こなれ感が好きすぎる～！

リミ☆フォトTシャツ¥2090／ラブトキシック　カラーピン（4色8本セット）¥550、イヤリング¥770／ともにクレアーズ原宿駅前店

目立ち度No.1 そば!!

Photo print Tops Collection 16

私…。背中にそばを
背負ってますけど、何か!?

コハル☆手に持った富士そばバックフォトプリントTシャツ¥4950／NiCORON 渋谷109　ベルトつきスカパン¥3190／ラブトキシック　パッチンピン（6色セット）¥550／クレアーズ原宿駅前店

立ちする大人っぽな女の子になれる!

5月のアンラブは 透明感あふれる大人ガーリー



Meari

中3・林芽亜里(はやしめあり)(メアリ)

こんなワンショルビスチェ待ってた! もちろんセットアップ風にするの♥

Amu

中3・深尾あむ(ふかおあむ)(アム)

夏クロをおしゃれに着たくて くすみブルーを入れたらキマった!

メアリもかわいい～♥って注目のワンショルビスチェには、巻きスカ風のショーパンで、とことんセットアップガーリーに!

Meari Style
- ♥ワンショルビスチェ ¥1639
- ♥リブT ¥1089
- ♥ラップショートパンツ ¥1639
- ※すべて5月中旬発売予定

ライン入りオールインワンで、すごーい美脚でしょ! ピタトップスでメリハリつければ身長アップもかなった♥

Amu Style
- ♥リブT ¥1419
- ♥カットソーサロペット ¥2189
- ※5月下旬発売予定



さらに大人っぽく盛れる ガーリーブルーがハヤるって♥

オフショルのオールインワンをさらっと着るのが大人。コーデに負けないように、クリアナップサックでカジュ度も上げてこ!

Meari Style
- ♥2WAYジャンプスーツ ¥2739
- ※5月中旬発売予定
- ♥クリアナップサック ¥1639

今一番旬なアイテムは水色メッシュのロンスカ! 話題の片っぽあきTシャツに合わせて大人なガーリースポにしたい!

Amu Style
- ♥クロップドビッグT ¥1419
- ※5月中旬発売予定
- ♥メッシュロング スカート ¥1859
- ※5月下旬発売予定



変形×変形コーデって 韓国っぽく見えてかわいい!

たっぷりフリルのオフショル×プリーツキュロットで、今流行の変形アイテムをとことんMIX! 韓国アイドルみたいでしょ♥

Amu Style
- ♥オフショルアシンメトリー ブラウス ¥1859
- ♥コンビプリーツキュロット ¥1639
- ※ともに6月中旬発売予定



ALL BLACKで クールガーリーに挑戦する夏!

こんな変形Tシャツワンピ初めて!! 夏クロって重そうに見えるけど、スカートがメッシュだから逆に涼し見えするよ!

Meari Style
- ♥メッシュコンビワンピ ¥2189
- ※6月中旬発売予定

春にデビューしたアンドトゥーフォーラブリー♥ お店やWEBストアのめあむーちょはチェックしたかな? ついにニコラコラボのTシャツも発売! バラフォトがおしゃれすぎて、もうアンラブしか勝たん!

4LOVELY アンドトゥーフォーラブリー

Photo/Fujii Daisuke Stylist/Shimano Mayuko Hair&Make/Tsuzuki Hikari Models/Fukao Amu,Hayashi Meari Design/hope
※クレジットのないものはすべて私物です

GU の新コレクション！ 安かわでキャラ

7月上旬 ニコラコラボ バラフォトTシャツ発売!!

みんな大好きバラのフォトTをニコラ×アンラブコラボで作ったよー！ 大人っぽくしたいから、フォトは後ろに入れたのがポイント！ フレアそでや、片っぽあきまで欲張って完成！

発売日は、オンラインストアの特設ページで発表するよ！
※発売日が変更になる場合があります。



ブラック　ピンク　オフホワイト

Back　Front

各 全3色 ¥1419

AND24LOVELY取り扱い店舗

オンラインストアと、ビックロ新宿東口店、GU心斎橋店他、全国のGU一部店舗（119店）にて販売中！

アンラブの商品はオンラインストアで販売中!!

AND24LOVELYオンラインストア
https://www.gu-japan.com/jp/feature/and24lovely/kids/

商品のお問い合わせ先
GU（ジーユーカスタマーセンター） ☎0120-856-452



Front style



バックフォトプリントでふり向きもおしゃれ

INして着るとこんなにスタイルよく見えるんだ！ メアガーリー的には、コラボ白Tにはピンクの花柄パンツだよね！

Meari Style
- ♥ワンショルバック プリントT ¥1419
- ♥フラワープリント ワイドパンツ ¥2189

※5月中旬発売予定

nicola Collaboration



Front style

さりげない肩あきで大人っぽな抜け感

Tシャツの丈感もちょうどよき！ 片っぽあきだから地元でも全然浮かないし、大人ロゴだからカジュアル服にも◎

Amu Style
- ♥ワンショルバック プリントT¥1419
- ♥フラワープリント ワイドパンツ¥2189

※5月中旬発売予定

&AND2

Photo/Kumaki Suguru[io](Model), Masumot Kohji(Stills)
Stylist/Shimano Mayuko
Hair&Make/Tsuzuki Hikari
Model/Hayashi Meari
Text/Yamazaki Emiko
Design/Londonz
Illustration/haruchart
※クレジットのないものは私物です。





ガーリーの天使の連載がついにスタート♡



持ってるリップは100本以上！
そんなメアリの連載始まるよ！
使うリップは全部メアリの私物。
リップに合わせていろんなドキドキめあガーリーを
見せちゃう天使企画です♡



メアリ★ニットパーカ¥3800／17kg　ヘアピン(12本セット)¥550／クレアーズ原宿駅前店

Magic 1

はじめて恋をした女の子リップ

ずっと好きだった男の子とまさかの両想い！　片想いだと思ってたのに…今日から幸せが始まります♥

STORY 1 はじめてのLINE♥

昨日までは男友だちとしてのLINEだったけど、
今日からは彼氏とのLINE。なんかドキドキ♥
顔は見えないのに気合い入りすぎて
メイクしちゃった！笑　リップは…よし、
このハートが描いてあるのにしよ！



HOW TO MAKE♥



上まぶたはAをアイホール、Bを二重幅、Cをラインっぽく細くぬるよ。下まぶたはAを全体に細く。まつげをビューラーでカールしたら、上まつげを中心に上下にマスカラ。アイラインは目尻のみ、自然に少し伸ばして短く引くよ。



よーくなじませる
くちびる全体にぬったら、上下をよくなじませるよ。ナチュラルな仕上がりを目指してね。

液をこそげとる
チップにつく液が多すぎるとボテッとついちゃうので、ボトルの口で液を軽くこそげとります。

ハートチークに！
ほほの高い部分からハート形にチークをぬるよ。鼻筋の近くまでのせれば照れてる風に。

STORY 2 はじめてのフェイスタイム♥

♡♡くんはどんなリップが好きかな？ フェイスタイムなんて緊張しちゃうけど、
ぷるぷる赤リップぬってがんばろ！ 画質が悪いからメイクはちょっとしっかりめに。
ヘアは学校と違う感じにしたいから下ろしちゃおっかな…♡



HOW TO MAKE♥



上まぶたはAをアイホールに、Bを二重幅より広く目尻側を濃いめに、Cを薄く二重幅に。下まぶたは目頭側半分にDを、目尻側半分にBとCを混ぜてぬるよ。アイラインは目尻のみ少し長めに。リップは全体ぬりしてね。



横だ円にぬるよ！
チークをブラシにとり、ほほの高い部分に横長のだ円にのせます。大人っぽ雰囲気になるよ！

しっかりめにつける！
ビューラーでまつげをカールしたらマスカラを上下にたっぷりと。意識してぱっちりめに。

メアリ★リボンタイつきブラウス¥3190／ラブトキシック　ヘアピン(2本セット)¥550／クレアーズ原宿駅前店

MEARI HAYASHI



中3・林芽亜里(はやし めあり)（メアリ）

メアリ★キャミソール¥2090／トゥインクルビーエム あべのなんば店 ノースリーブレーストップス¥1758／スピンズ イヤリング¥330、リング¥330／ともにパリスキッズ 原宿本店

ついに！

STORY 3 はじめてのデート♥

カップルになってはじめてのデートだよ。
男の子はナチュラルなピンクが好きって伝説信じて…
リップちゃん、私をかわいくしてね♡
緊張して顔赤くなっちゃいそうだから、
チークは薄めに！笑

はじめてのデートリップ

ぷるっとベビーピンク

ランコム ジューシー シェイカー 301

LIP かわいく血色感UP

ポンポンぬり！

リップは男子モテなキラキラ入りの薄ピンク。軽く口を開き、全体にポンポンぬりで！

CHEEK つけすぎ防止！

手の甲に1回ポンッ！

パフにつけたチークの粉を手の甲で一度はらい落としてから、ほほの高い部分に丸くON。

EYE うるうるー♡

ラメを黒目の上下を中心に

上下ともにまぶたの中央から両サイドにひろげるようにして、中心濃いめのラメグラデに。

HOW TO MAKE♥

アイシャドウ：エチュードハウス プレイカラー アイシャドウ ベイクハウス

ラメ：ジルスチュアート ジェリーアイカラー 02

チーク：レ・メルヴェイユーズ ラデュレ パウダー チーク カラー 01

アイライナー：ヒロインメイク スムースリキッド アイライナー 02

マスカラ：ヒロインメイク マイクロマスカラ アドバンストフィルム 02

上まぶたは二重幅より少し広くAを、少しせまくBをぬり、下まぶたにはBを目尻側3分の1に細く。さらにCを上下のまぶたに重ねます。ビューラーでまつげを上げ、マスカラをさっとつけたら、アイラインを目尻のみ長く引くよ。



今月の天使福袋10連発♡

ストーリーは全部メアリ作！ コーデもメアリが一生懸命考えたよ♡ カメラマンさんと会話しながらの撮影、自然な天使顔が豊作です。

アップ日焼け止め超進化

ちゃうの。今から日焼け対策を始めて白肌になろう！

Design/slash ※クレジットのないものは私物です。

日焼け止めプレ

トーンアップ日焼け止めをプレゼントするよ。P63の応募用紙にほしい商品の番号を書いて送ってね。みんなで白肌＆美肌をめざそ♥

トーンアップするのは絶対
さらに美肌になれる
日焼け止め♥



高1・加藤咲希（かとう）

かとぅ★ブラウス¥2189／GU　スカート¥1999／グレイル　イヤリング¥330／パリスキッズ 原宿本店

Q でも、たくさん種類あるけどどれを選べばい〜の？？

A なりたい肌色や自分の肌悩みで選んで！



どんな肌になりたいかで選んでみよう。いろんなカラーを集めて、気分によって使い分けるのもいいよね！

- ラベンダー♥透明感をUPしたいコ
- ピンク♥血色感をアップしたいコ
- グリーン♥肌の赤みをおさえたいコ
- オレンジ・イエロー♥毛穴や肌荒れが気になるコ
- ホワイト♥色白肌になりたいコ

Q 肌色に合わなかったり白浮きしたりしそう…



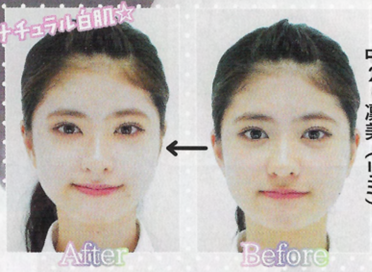
A 薬局などでテスターを手にぬって試してみよう!!

テスターを手に少しぬって浮いてないかをチェック。同じ色でもメーカーによって色味が違うから、いろいろ試してみて。



トーンアップ効果も超進化!!

より白肌になれる日焼け止めが登場してる!!　トーンアップ以外の効果もパワーアップしてるよ〜♥



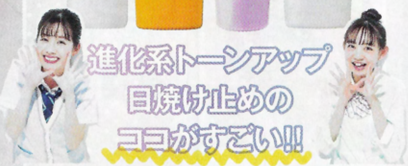
中2・凛美（りみ）

顔やからだにぬってトーンアップ♥



今年は去年以上に進化した日焼け止めが登場!!





進化系トーンアップ日焼け止めのココがすごい!!

1. いろいろな肌色に合わせて カラー展開がほーふ！

王道のラベンダー以外にもいろんなカラーが登場！　肌色や好みに合う色を見つけてね。

2. トーンアップだけじゃなく毛穴など 肌悩みも解決してくれる

ぬるだけで肌悩み解決って優秀すぎ♥　ナチュラルにカバーできるから、学校使いも◎。

3. 見た目もかわいい♥

カラフルなパッケージは持ってるだけで上がる♪　限定パッケージにも注目してみて。

ぜったい日焼けしない白肌中学生

＼学校でもバレない!!／

色白すぎかよトーン

今年は色白になれるだけじゃなくて、美肌効果もあるトーンアップ日焼け止めが充実!! 学校の日も美肌をキープでき

Photo/Takemura Makiko(Models),Masumot Kohji(Stills) Stylist/Yamashita Arisa Hair&Make/Ichioka Ai[PEACE MONKEY] Models/Kato Saki,Rimi,Kawamura Kaho,Kondo Yura Text/Nitanai Ayaka

パラソーラ

1 3名 スウィートスキン グロウベース SPF50+/PA++++ 血色感 ツヤ感 無香料 ピンク
↑3色パール＆美容液オイルinで、大人っぽいツヤ肌になれちゃう♥ 25g¥1210／ナリス化粧品

2 3名 イルミスキンUV エッセンスV SPF50+/PA++++ 透明感・立体感 ツヤ・白肌 無香料 ラベンダー
→細かなパールでツヤめく透明白肌に。ひんやり涼しげな感触だよ。50g¥880／ナリス化粧品

3 3名 ネオイルミスキン UV エッセンス PK SPF50+/PA++++ 毛穴・べたつきカバー 血色感 無香料 ピンク
→血色感を高めながらトーンアップするピンク。トリプル補正でふわ白肌に。70g¥767／ナリス化粧品

4 3名 ネオイルミスキン UV エッセンス LV SPF50+/PA++++ 毛穴・べたつきカバー 透明感 無香料 ラベンダー
↑肌色・毛穴・ベタつきをトリプル補正。はかなげな白肌を叶えてくれる♥ 70g¥767／ナリス化粧品

ニコ㊞も愛用 マノカ コハル メアリ

キスミーフェルム

5 2名 トーンアップ化粧下地 N 02 SPF16/PA++ 血色感 クマ・肌荒れカバー 無香料 ヘルシーオレンジ

6 2名 トーンアップ化粧下地 N 01 SPF16/PA++ 透明感 赤みカバー 無香料 クリアグリーン
↑すんだ肌色になるグリーンor自然な肌色になるオレンジ。美容成分でうるおい◎。27g各¥880／KISS ME (伊勢半)

雪肌精

スキンケア UV トーンアップ SPF30/PA+++ モダンフローラルの香り 透明感 ラベンダー
←顔用のトーンアップUV美容液。ほんのり明るく透明感ある素肌へ。35g¥1500（編集部調べ）／コーセー

ビオレ

ビオレUV SPF50+の化粧下地 UV くすみ補正タイプ SPF50+/PA++++ くすみカバー 無香料 ピンク
↓顔の肌をしっかり守ってくれるUV化粧下地。顔全体を明るく見せるよ。30g¥1320（編集部調べ）／ビオレ花王

レールデュサボン

7 1名 UVカラーコントロール（センシュアルタッチ） SPF50+/PA++++ 透明感 赤みカバー せっけんの香り アクアグリーン
→さわやかな香りのジェルタイプ。汗・水に強いのにせっけんでオフ! 65g¥1540／フィッツコーポレーション

キャンメイク

8 3名 マーメイドスキンジェル UV 02 SPF50+/PA++++ 白肌 無香料 ホワイト
←化粧水感覚で使える、最強UVカット!! ぬった瞬間、憧れの美白肌に変身。40g¥770／井田ラボラトリーズ

クチュールアップ

9 2名 エッセンスジェリー UV M SPF50+/PA++++ 美容液in アロマハーブの香り ホワイト
→美容液成分がたっぷり入ったUVジェル。スーパーウォータープルーフで落ちにくい! 60g¥2420／KISS ME(伊勢半)

10 2名 エッセンスクリーム UV M SPF50+/PA++++ 美容液in 無香料 ホワイト
←スキンケア感覚で使える強力UVクリーム。ノンケミカルタイプで敏感肌にも使えるよ!! 60g¥2860／KISS ME (伊勢半)

コパトーン

↓毛穴カバーで、つるんとなめらか肌になれちゃう。至近距離でも美肌見え♪ 40g¥990（編集部調べ）／大正製薬

11 3名 キレイ魅せ UV なめらか肌 SPF50+/PA++++ 毛穴カバー 無香料 イエローベージュ

12 3名 キレイ魅せ UV ほそみせ肌 SPF50+/PA++++ ほそみせ 無香料 ミントブルー
→光コントロール効果で立体感を与えてくれて、すらっと引きしまった印象に。40g¥990（編集部調べ）／大正製薬

13 3名 キレイ魅せ UV マシュマロ肌 SPF50+/PA++++ 白肌 無香料 ホワイト
↑白肌トーンアップしながら、ふんわりマシュマロ肌に♥ 化粧下地にも◎。40g¥990（編集部調べ）／大正製薬

14 3名 キレイ魅せ UV きらきら肌 SPF50+/PA++++ ツヤ感 無香料 ホワイト
↑ぬるだけでキレイ!! パール効果で、太陽を味方に輝くキラキラ肌になれるよ。40g¥990（編集部調べ）／大正製薬

スキンアクア

→新色グリーンはイエベ肌さんにおすすめ。肌の赤みやニキビ跡もカバーできる。80g¥814（編集部調べ）／ロート製薬

→ニコモ所持率No.1。うるおって透きとおるような色白素肌になれちゃうよ。80g¥814（編集部調べ）／ロート製薬

ニコ㊞も愛用 メアリ かとう アム セナ リミ

15 3名 トーンアップ UV エッセンス ミントグリーン SPF50+/PA++++ 透明感 赤みカバー せっけんの香り グリーン

16 3名 トーンアップ UV エッセンス SPF50+/PA++++ 透明感 血色感 せっけんの香り ラベンダー

＼ミルクタイプも登場!／

17 3名 トーンアップ UV ミルク SPF50+/PA++++ 透明感 血色感 せっけんの香り ラベンダー
↙新登場したミルクタイプは、汗・水に強い＆しっとりした使い心地♥ 40ml¥814（編集部調べ）／ロート製薬



中1・河村果歩（カホ）

カホ★前開きベスト¥6380、半袖シャツ¥3960、ネクタイ¥2090／すべてarCONOMi（CONOMi）

中1・近藤結良（ユラ）

ユラ★リボン¥1980／arCONOMi（CONOMi）

Photo/Horiuchi Ryo[CABRAW] Hair&Make/Tsuzuki Hikari Stylist/Yamashita Arisa Models/Kobayashi Kanami,Hayashi Meari,Ike Kurumi,Kato Saki,Miyamoto Wakana Text/Nitanai Ayaka Design/Umemoto Mai[WHITE AGENCY]
※クレジットのないものは全て私物です。 ※ニコ㊦自己流のケア方法なので、効果・効能を保証するものではありません。

どうしてそんなに美白なの～？　みんなが知りたい！　美白トップ5㊦のリアルなルーティンを公開しちゃうよ。朝起きてから夜寝るまで…焼けないために〇〇してます♥

けないルーティン



学校がある日

6:30 起床
おはよう～

6:45 洗顔＆スキンケア
パシャ

CNPのミスト化粧水（カナミ）
顔全体につけるよ。乾燥してると紫外線を吸収しやすいから、しっかり保湿する!!

ハトムギ化粧水3度ぬり!（クルミ）
3度ぬりで浸透させてから、乳液。ハトムギはカサカサしない＆肌が荒れない。

白潤の化粧水＆乳液（かとぅ）
美白ケアできるスキンケアの中でも、コスパがいい！　中2から愛用してる♡

7:00 朝食
いただきます!!

白湯を飲む（カナミ＆クルミ）
朝起きて飲む白湯は、健康や美容にいい。カナミは少し熱めの温度にしてる!

朝はかんきつ類をさける!（カナミ＆メアリ）
紫外線を吸収しやすくなるって聞いて、朝ごはんではかんきつ類をとらないようにしてる。

お茶を一杯飲む（かとぅ）
のどの渇きをうるおすよ。普段水分をとる量が少ないから、朝に飲んでおく。

7:20 パックしながら登校準備
つめ　つめ

サボリーノ目ざまシートを使うよ!（メアリ）
目ざまシートのしっとりタイプを使ってる。アカリンがきっかけで使い始めたんだ♡

髪はスプレータイプの日焼け止め（メアリ）
髪にも使える、ミーファのフレグランスUVスプレーで紫外線から髪と肌を守る!

7:30 着替え＆日焼け止め
ねりねり

足首ポイント!（メアリ）
くつ下焼けしたくないから、くつ下をはく前に足首まで日焼け止めをぬる。

ボディクリームの上に重ねる!（ワカナ）
日焼け止めの前に、乾燥しやすいヒジとヒザにボディクリームをぬってるよ!

8:00 登校
紫外線ブロック!!

日傘＆日陰（カナミ）
日陰を求めて建物にそって歩く。PLAZAで買った晴雨兼用の日傘を使ってる!

カーデを着る!（メアリ）
学校で買ったカーディガンを着て日焼け対策。あみ目があらい夏用カーデだよ。

マスクをつける（かとぅ）
日焼け止め＋マスク。顔を焼きたくないから、夏以外の季節はマスク人間です!!

9:00 授業中

窓側NG（カナミ）
授業中の日焼けにも注意。日が当たる、窓側の席には座らないようにしてる。

窓際の席ならカーテン閉める（メアリ）
学校でもカーテンを閉めるよ。とにかく日が当たらないようにしてます♡

10:00 体育の30分前に日焼け止め!!
（クルミ）一番効果を発揮するのは、塗ってから30分後らしい～。直前にぬるのは×。

10:30 体育
イチ、ニー　イチ、ニー

日陰にヒナン（ワカナ）
夏はジャージNGだから、体育前に日焼け止め＋日陰に隠れながら授業をうける。

12:30 昼休み

教室から出ない!!（クルミ）
日に当たらないように…体育以外はカーテンを閉めた教室にいるようにしてる。



No.2 メアリ
❶プチ㊦になった小4の終わり頃。それまではアウトドア派で真っ黒だった！　❷スキンアクア トーンアップUVエッセンス ラベンダー／コパトーン キレイ魅せUV マシュマロ肌／パラソーラ イルミスキンUVエッセンス　❺プチ㊦になる前かな。モデルになってからはない！もし日焼けしたら、しっとりタイプの化粧水と保湿系のパックを使う。❻かわいい系のガーリーなお洋服には、白い肌が合う！　❼続けることに意味がある！

No.5 かとぅ
❶幼稚園の時。ソバカスひどくて、お母さんに日焼け止めを塗りたくられてた。　❷スキンアクア トーンアップUVエッセンス ラベンダー　❺中3の体育大会の時。タオルを3枚使ってガードしたけど焼けた（泣）。お家に帰って、美白化粧水＆パックをしたよ！　❼白玉のようにかわいくあれ♡

メアリ☆トップス¥1870、スカート¥2090／ともにスピーガ 渋谷109店　飾りピンセット¥550／グランドエッジ 渋谷109店

かとぅ☆オールインワン¥2099／グレイル　リボンヘアゴム¥330／パリスキッズ 原宿本店　腕につけたシュシュ¥1100／グランドエッジ 渋谷109店



一番見えやすい部分だから、しっかり日焼け止めをぬってる♡



マスク人間だし、余った日焼け止めは、とりまほっぺにぬってるよ。

16:00 部活

日焼け止めマスト!（ワカナ）
外で走るから、顔が焼けやすい。顔用の日焼け止めをぬってしっかりガード!

ジャージを着て走る!（ワカナ）
夏に部活でガイランがある時は、日焼け対策で長袖＆長ズボンを着て走るよ。

16:00 下校
登校時と一緒!!
日差しはガード!

1時間に1回は水分をとる（かとぅ）
カサカサ肌にならないように水分補給！　ちょっとずつでも飲むことが大事。

16:30 帰宅
ただいま～

家でもカーテン閉める（メアリ）
家族に「カーテン開けて」って言われたら、日の当たらない場所に移動する!!

洗顔
ぬるま湯で洗顔したら、保湿。その後に保冷剤で肌を冷やして毛穴をひきしめる。

帰ったらすぐ顔を洗って冷やす!（カナミ）

19:00 お風呂
湯船につかるよ!

20:00 スキンケア

「極潤」の化粧水＆「白潤」の乳液（カナミ）
さっぱり系の化粧水を大量につける。夏は白潤、冬は極潤の乳液を使ってる。

“ドクターズコスメ”（メアリ）
自由が丘のクリニックで買ったもの。コットンを使って浸透させてるよ。

叩かずおしこむ!（ワカナ）
ももぷりの化粧水＆乳液は保湿力◎。なじませるようにぬるのがポイント!

「レチノールクリーム」（クルミ）
グアムで買ったよ。睡眠中の乾燥を考えて、いつものスキンケアにプラスしてる☆

22:00 就寝
おやすみなさい♪

窓側では寝ない!（クルミ）
日差しが当たるかもしれないから、窓側で寝ないように気をつけてるよ!

必ずトイレに行ってから!（かとぅ）
老廃物を体にためこまない！　水分を多めに取り、トイレに行ってから寝る。

平日ver.も休日ver.も見せるよ!

ぜったい日焼けしない白肌中学生

美白トップ5モの焼

Kurumi Meari Katoo Wakana Kanami

お休みの日

9:30 起床

Good morning☆

9:45 洗顔&スキンケア

平日よりていねいに

クルミ 化粧水&乳液でしっかり!
乳液は1円玉くらいの量つけるよ。メイクする時にBBクリームをぬるから、あえて少なめ。

カナミ 目薬もマスト!
ロートの目薬を使ってるよ。目に入る紫外線でも日焼けするから、目薬でケア!

ワカナ ヒジとヒザにボディーバームをぬる
ニュートロジーナのインテンスリペアのボディーバームで、黒ズミと乾燥対策!

10:30 朝食

いただきます!!

かとぅ 牛乳やヨーグルトなど白いものを食べてる!
鮭が赤いプランクトンで赤くなるって知ってから、白いものを食べてる(笑)。

11:00 着がえ&ヘアメイク

クルミ BBクリームと日焼け止めスプレー
キャンメイクのBBクリームを使ってる。メイク後にサンカットのスプレーを!

カナミ スプレータイプの日焼け止めを頭皮につける
建物の中で遊ぶことが多いけど…スプレーで頭皮の日焼け対策もバッチリに。

ワカナ おでこと鼻を中心に日焼け止め
顔の中でもおでこと鼻が焼けやすいから、しっかりめに日焼け止めをぬる。

メアリ ヘアアイロンの前にオイル!!
巻く前に、髪をコーティングするイメージでオイルやヘアクリームをつける。

メアリ 下地の前に日焼け止めをぬる!
サボリーノの朝マスク後に、日焼け止めをぬるよ。3つの中から気分で選ぶ♡

引きこもる

だら〜ん

かとぅ 水分はこまめにとるよ!
日差しが当たらない場所でくつろいでる♪ 乾燥しないように水分補給するよ。

12:00 おでかけ

いってきまーす!

カナミ メガネorサングラス
なるべく肌をださないようにしてる。クリアメガネはJINSで買ったよ。

ワカナ アウターマスト!
上に薄手のアウターを着て、日差しから守る。UVカットのアウターも使える!!

メアリ 太陽を見ない!
目からも日焼けすると聞いたから! お母さんの陰にかくれることも(笑)。

13:00

クルミ 車は窓側をさける!
車移動の時は、毛布や服で顔をかくしたり、窓に背をむけたりしてガード。

カナミ 1時間に1回!
おでかけ中は1時間に1回ぬり直してる。飲む日焼け止めも1日に2回飲むよ〜。

14:00 日焼け止めをぬり直す

クルミ 目の下やほっぺを中心に!
鏡を見ながら、焼けやすい目の下やほっぺを中心に、指の腹でぬり直す。

18:00 帰宅&お風呂

メアリ 全身よ〜く落とす!!
日焼け止めが肌に残っているのは×。顔はオイルタイプのメイク落としを使って落とすよ。

19:00 スキンケア

かとぅ バブルパック
ミルクバブルエッセンスパックを週に3、4回使ってる。毛穴ケアにも◎。

クルミ ニベアたっぷり
少し乾燥しているなと感じたら、ニベアをぬるよ。一緒に顔のマッサージも。

ワカナ パックで日焼けケア
紫外線を浴びた日は、しっかりめにスキンケア。かとぅと同じパックだよ♡

カナミ ボディクリーム&ウユクリーム
ウユクリームはG9SKINと3CE。日焼け止めと相性わるいから、夜のケア限定!

20:00 夕飯

モグモグ

21:00

ぐすぐすタイム〜♪

22:00 就寝

Goodnight♪



おうち時間でも白肌ケア

高1・小林花南(カナミ)

中3・池未来実(クルミ)

中2・宮本和奏(ワカナ)

トップ5の美白プロフ

❶美白を意識し始めたのはいつから? ❷イチオシの日焼け止め ❸持ち歩いてる白肌グッズ ❹白肌でいるために一番気をつけていること ❺今までに日焼けしちゃったことはある? アフターケアの方法は? ❻白肌キープのモチベーション ❼美白格言

No.1 カナミ

❶小6か中1かな。洋服が好きで、似合うのは白い肌かなって思って。❷日焼け止めはコロコロかえてる! 好きなのは、乳液感覚で使えるミルクタイプ。 ❹建物の中で遊ぶこと/外に出る時は薄手の長袖とパンツを着ること。 ❺外で遊ぶのが好きだった、小1から小3の時。日焼けした時は、すぐ洗顔してたっぷり化粧水を塗ってパックするよ。お風呂後はボディクリームで保湿して、保冷剤で冷やす! ❼白肌でマイナスなことはない!!

カナミ☆シフォンカーデ¥1399、タンクトップ¥1099/ともにグレイル パッチンピン¥1100、リボン&パールUピン(6本セット)¥1540/ともにグランドエッジ 渋谷109店

No.3 クルミ

❶小5の時。本格的にモデル活動をしようと思って、意識し始めたよ。❷スキンアクア トーンアップUVエッセンス ラベンダー ❸おやすみの日は、トーンアップベースを塗ってるよ! ❺小1の時。全身真っ黒でゴボウみたいだった! 特別なケアはしないけど、いつも通りパックをしたり、蒸しタオルで温めてから冷やしたりする。 ❼女の人の一番の味方は美白♥

クルミ☆シャツ¥1799/グレイル ベルトつきショーパン¥2530/スピーガ 渋谷109店 ラメピン(4本セット)¥330/グランドエッジ 渋谷109店

No.4 ワカナ

❶ニコ㋲オーディションを受けてる時から。それまではお母さんに言われたら塗ってた。❷アネッサ パーフェクトUV スキンケアミルク a(体用に)/江原道 ウォータリー UVジェル(顔用に) ❹境目を作りたくないから、くつ下&体育着との境目にも日焼け止めを塗ること。❺小学校低学年と小6の時。その時は気にしてなかったけど…今ならすなパック。すぐケアするのがいいみたい! ❼黒くても得はない!!

ワカナ☆シャツ¥2090、ショーパン¥2530/ともにスピーガ 渋谷109店 ヘアピン(10本セット)¥220/グランドエッジ 渋谷109店

自信のある白肌パーツ♡

脚
絶対焼きたくないから、日焼け止め+長ズボンやジーパンをはく!

ほっぺ
毎日の顔のケアにも気を使って、まじで焼けないようにしてる!

腕
アームカバーをしたり、基本的に腕をださないようにしてるから!!

でにやせたい

この季節の悩みといえば、日焼けしたくない＆やせたい！　その2つを同時に叶えられちゃう神行動を、まとめてみたよ♪　今年の夏は、美白＆ほっそりスタイル目指そう～!!

練習のときは長ジャージー択！ 肌を出さない

ついでに
全力で練習してカロリー消費！

肌がおおわれるほど汗はかきやすくなるはず。長ジャージで、消費カロリーアップ☆

中3 湊胡遙（コハル）

本番は短パンをはかないといけない学校のコも、練習は長ジャージで肌を出さない！

ダサくてもくつ下は長めに！

肌の露出面積を少なくすることが、日焼けをおさえるコツ。くつ下も長めを選ぼう！

サササッ

ついでに
競技前にはすばやく短いものにはきかえる

競技のときは短い靴下にはきかえなきゃいけないって校則なら、すばやく動いてカロリー消費。

目からも焼けるから目をつぶるか空を見ない…!!

ガード！

学校でサングラスはできないから、手やタオルで目元をガード。目に紫外線を入れない！

ついでに
二の腕の筋トレ♪

プルプル

目を隠すついでに腕を高めにあげて、二の腕の筋トレをして引きしめようって作戦！

友だちの影にかくれて日差しをカット！

広い校庭で日陰ができる場所は、人影だけ！　友だちの後ろについて、日差しよけ～！

ちゃっかりw

ついでに
かがんで筋トレ！

友だちの後ろでかかんで日差しカットすれば、筋トレになる！　太ももがプルプル～！

5月は外でも焼かない！

紫外線からガードし焼かない！

体育＆体育祭で焼かないついでにやせたい!!

絶対日焼けしちゃうときも日焼けケア＆ついでにやせれたら…なんて一石二鳥テクを集めたよ！

焼かないついでにやせたいって欲ばりだけど最高!!

放送係や保健係に立候補してテント下をゲット！

ハイっ！やります！

テントの下で仕事ができる係に立候補！　放送係や保健係は日陰にいられる勝ち組係！

中3 野崎奈菜（ナナ）

応援中はタオルでかくす！

顔まわりをマフラータオルでおおって、紫外線よけ！　首や脚まで隠すのを、忘れないで！

ファイト～

ギョッ

ついでに
汗ダラダラでやせる!?

タオルでおおった部分が蒸されて、汗がダラダラでやせる!?　水分補給はしっかりとね♪

校則OKであればハンドファンですき間から涼しい風♪

DASH!

ダダダダ…

ついでに
テント下に戻るときは猛ダッシュ!!

なるべくテントに長時間いることが大切。テントから出たら、ダッシュで戻ろう～！

競技時間ができるだけ短い競技を選ぶ!!

長距離走よりは短距離走を選ぶ…など、なるべくすぐに終わる競技で日差しとおさらば！

秒で終わったわ！

ズドドドド。。。

急げ～！

ついでに
全員参加のストレッチを全力で!!

競技前は日陰で全力でストレッチしておこう！　動くときは全力で動くのが、やせるコツ。

1、2、3、4！

中3 広瀬まのか（マノカ）

マノカ☆Tシャツ¥429／サンキューマート原宿竹下口店

日焼け止めをぬるついでにやせたい!!

のびー

アクロバティックに!!

開脚!!

Y!!

大きな動きほど、消費カロリーアップ!?　このY字バランス、みんなはできるかな!?

ストレッチしながら…

ストレッチのついでにぬれたら、一石二鳥！　ひきしまるし、時間も短縮になるね♪

先生にバレないようにすばやく!!

コソッ

サササッ！

校則で日焼け止めNGのコは、先生が見ていないところですばやくサササッとぬろう！

マッサージしながら…

もみもみ

日焼け止めを、ボディクリーム代わりに使って、マッサージしながらぬってみよう！

体育のときは日焼け止め2コもちがマスト！

2コあれば安心♡

スプレータイプ

手軽に使えるのが人気の理由。ミルクタイプを使用した上から振りかけるってコが多数！

サボリーノ おはようサンカットUVスプレー
忙しい朝も、面倒くさがりなあなたも朝シュッとするだけで簡単UV対策！　¥1100／BCL

アネッサ パーフェクトUV スキンケアスプレー a
スキンケア成分50%配合でうれしい！　強力UVスプレーで焼かない！　¥1782（編集部調べ）／資生堂

クリームタイプ

肌なじみがよくて安心。ニコ㋲はケチらず、たっぷりの量を使ってぬるってコが多いよ！

紫外線予報 UVさらさらジェル MINIサイズ
透明ジェルでスッとなじむ！　肌にやさしく、石けんでも落ちるよ。¥1045／石澤研究所

コパトーン キレイ魅せUV マシュマロ肌
ニコ㋲も愛用！　顔・体ともにトーンアップさせて、肌をキレイにみせる日焼け止め。¥990／大正製薬

ついでに飲むタイプを朝しこむのもオススメ！

ヘリオホワイト（24粒）
ぬる日焼け止めと併用して、内からも外からも日焼けケア！　1日に2粒が目安！¥2592／ロート製薬

ぜったい日焼けしない 白肌中学生

白くて細いのが結局最強!!

5月焼かないつい

Photo/Fujii Daisuke Stylist/Yamashita Arisa Hair&Make/Yoshida Miyuki[B★side] Models/Machida Erina,Nozaki Nana, Hirose Manoka,Minato Koharu, Tanaka Minami Text/Akatsuka Kaede Illustration/Nishino Apollo Design/FLY
※クレジットのないものは、全て私物です。

白くてスタイルがいい、JCのあこがれは5月の努力で決まる♡



中2 田中南(ミナミ)

ミナミ☆ベスト¥5720/ARCONOMi、スカート¥10780、ネクタイ¥2090、バッグ¥6490/arCONOMi(すべてCONOMi)

学校生活でも焼かないついでにやせたい!!

イベント以外も気にするのが当たり前!

日焼け対策は、毎日の積み重ねが大事! 登下校中や、学校でできるあれこれをご紹介!

学校内

焼かない

教室ではカーテンをしめる!

高1 町田恵里那(エリナ)

窓際の席のコは、特にカーテンを閉めたほうが効果アップ! 暑さもおさえられるし♪

やせたい

姿勢よく授業を受ける!

腹筋に力を入れて、姿勢よく授業を受けることを心がけよう。キレイなスタイルになれる!

やせたい

階段はつま先立ちでのぼる!

とくに、脚やせしたいってコ必見! つま先立ちで歩いて、足首やふくらはぎがほっそり。

やせたい

授業中は脚上げ!

先生が見てないときに、脚をあげてトレーニング。授業時間を使って、やせちゃおう!

焼かない

体育以外は外に出ない!

外遊びが好きなコも、日差しが強い時期は、室内で休み時間を過ごすのが美白への近道!

登下校

日陰を狙って歩く

なるべく日陰を歩くように気をつけよう! ビルや大きな木の陰を探してみてね～!

ついでに **日なたは全力ダッシュ!**

日なたを通らないといけない場所は、ダッシュしよう! 運動にもなるし、オススメ!

日傘で紫外線よけ!

登下校中も恥ずかしがらずに日傘をさそう! 紫外線をガードできるカンタンな方法だよ。

ついでに **ひじを上げて筋トレ!**

ヒジをあげて日傘を持って、二の腕のトレーニング。キャミが着られる体型を目指して…!

ジャージやマクスで完全防備!

肌を出さないことが日焼けをしないことにつながる! ジャージやマスクを活用しよう♪

ついでに **大また歩きでカロリー消費!**

肌を隠して、大またで歩けば、カロリー消費がハンパない! 汗もダラダラかけるはず!

チャリ通ならヘルメットで顔やけガード!!

ヘルメットで頭まわりも日差しよけ! 浅く被らずしっかり顔に影ができるようにね!

ついでに **ギアを重くして脚トレ**

自転車に乗るときは、ギアを重くして、負荷をかけよう! トレーニング効果アップ☆

バニトレ

白くて細い、モチベが上がったら ニコ㋲オススメトレして ついでにやってみよ～!!

バニトレとは? 韓国で大人気のピラティス講師・バベバニさん考案のトレーニング。YouTubeで観れるよ。

1 左右にパンチ

左右交互に10回×2SET

ハーフスクワット体勢からボクシングのように腕を構え、左右に思い切りパンチして!

2 脚を開く&クロス

10回×1SET

ハーフスクワット体勢で腰を落とし、ジャンプで体をあげたときに脚をクロスする。

3 脚を曲げて床タッチ!

10回×1SET

腰を落とし、片手を床につける。まっすぐに立ち、再び腰をおとしてもう片方の手を床につける。

4 深呼吸

最後は深呼吸をして、呼吸を整えるよ。トレーニングの一部だから詳しくは動画でおうち時間にやってみよ～♪

おうちケア

無理なく楽しくやせたい…! パックで美白のついでにやせたい!!

1 ドライヤーついでにスクワット!

髪の毛をかわかしながら、スクワットしちゃえ☆ ながら時間を有効に活用しよう!

2 お風呂のついでに脚上げ!

湯船の中で脚上げトレーニング。お風呂の中なら、自分の体型もわかりやすくて◎。

3 スマホ見るついでにダイエット法をチェック!

スマホ大好きなJCは、ダイエット法を探してみて。いい情報を見つけて、やせよ!

4 TVを見ながら柔軟!

体がやわらかくなると、やせやすい傾向にあるらしい! 柔軟を習慣化させてみよう!

5 TVを見ながらうでトレ!

ペットボトルなど身近にあるもので、TVを観ながら二の腕をトレーニングしよう!

6 歯みがきついでにつま先立ち!

毎日する歯磨きだから、その間につま先立ちを続けたら、ちりつもでやせられる!?

7 音楽を聞くついでにダンス

音楽をききながらダンスタイム! 楽しみながらやせられるのが、一番いい方法だよね♡

8 厚底シューズでストレッチ!

かかとが上がるほど、脚やせに効果あり!? 厚底シューズをはいて、ストレッチしよう!

ニコラ学園 Y!mobile スマホ部

ワイモバスマホ部 胸きゅん大作戦

Photo/Fujii Daisuke Stylist/Ohashi Miki
Hair&Make/Akagawa Megumi
Models/Wakabayashi Maho,Hirose Manoka,Kawamura Kaho,Tobe Kosho
Text/Etchuya Shoko[ADVEX2] Design/FLY
撮影協力/ストロベリーマニア原宿店



カホ☆Android One S7 シルバー／Y!mobile（スマホ）

マノカ☆Xperia 8 ブラック／Y!mobile（スマホ）

マホ☆Libero S10 ホワイト／Y!mobile（スマホ）

ドキドキの新生活が始まると、気になる男子も現れるかも♡ ワイモバスマホ部の恋愛ネタに弱いワイモバスマホ部のマホ・マノカ・カホも、スマホを使って男子と仲良くなる方法を模索中だよ！

不器用だけど女のコだもん♡ スマホで男子と仲良くなりたいっ!!

カホ☆ブラウス¥3839、ジャンスカ¥4939（5月中旬入荷予定）、ヘアピン(2本セット)¥880／すべてレピピアルマリオ イヤリング¥550／クレアーズ原宿駅前店

マノカ☆Tシャツ¥2640、スカート¥3190／ともにラブトキシック イヤリング¥660／パリスキッズ 原宿本店

マホ☆シャツ¥2530／スピーガ 渋谷109店 チュールトップス¥2189／ラブトキシック スカパン¥3190／ピンク ラテ バレッタ¥550／スピンズ イヤリング¥330／パリスキッズ 原宿本店



男子と仲良くなれるスマホ胸きゅんテク♡

まずは男子の気持ちを知るべし！ 女子同士だと良くても、男子にとってNGなこともあるんです…。男子とスマホで仲良くなれるテクニック、教えちゃいます♡

スマホの話題で盛り上がりたい！

男子に人気のゲームアプリ！

モンスターストライク



育てたモンスターを自分の指で引っ張って、敵モンスターに当てて倒すゲームだよ！

©XFLAG

男子に人気のマンガアプリはコレ！

少年ジャンプ+

男女共に人気の少年ジャンプのマンガが、無料で読めちゃう本格的マンガ雑誌アプリ！





ナチュラルに盛れる写真やおもしろフィルターを使えば男子も納得。一緒に楽しめるね♪

男子と一緒に写真を撮りたい！



盛れすぎ加工

女子的には盛れてても、男子からみると加工されすぎてコワイ！と思われちゃうかも。

男子に好かれるLINEってどんなの？



行き先を決めるとき、積極的になってくれるとうれしい！ 選択肢を出してくれると返事もしやすいし。

提案したのに断られるとどうしていいかわかんないな…。でも自分の意見はないってどういうこと？

共通の話題だと盛り上がれる！ スタンプとかさりげない絵文字があるとかわいいなって思う！

自分がわからない話題をふられると返しづらいかも。絵文字もスタンプも全くないと、ちょっとコワイ！



胸きゅんスマホテクを使って
初デートしてみた♡
マノカはコウショウを胸きゅんさせられるのか！？
コウショウ☆HUAWEI P30 lite ピーコックブルー／Y!mobile（スマホ）
憧れのコウショウと初デートすることになったマノカだけど、次々と試練が…。スマホテクを駆使して、距離を縮めようと奮闘するマノカに注目っ！
デートプラン
13:00 原宿駅集合
13:15 映えカフェ
15:30 渋谷で映画
18:30 解散
マノカ☆Tシャツ¥1650／ラブトキシック　スカート¥2530／スピーガ渋谷109店　ヘアピン¥330／パリスキッズ 原宿本店　バッグ¥3839／レピピアルマリオ
コウショウ☆セットトップス（ネックレスつき）¥3298、パンツ¥3298／ともにスピンズ
デート当日
12:50 待ち合わせ場所
緊張して早く着いちゃった！
ソワ
ソワ
そうだ！
着いたってLINEしておこ！
今日楽しみすぎて早めについちゃった
楽しみすぎてとかカワイイな…
胸キュンポイント
集合直前にかわいいLINEを送ろう！
きゅん
うん！
行こっか
せっかくのデート、楽しんでもらいたい
あ、道はスマホで調べてきたの！まかせて！
行きたがってたカフェってあっちだよな？
胸キュンポイント
スムーズに行動するためスマホで調べておこう！
テクテク…
次の道を右に曲がれば…
ごめん！
ちょっと確認するね！
あれ？
ドキ
ドキ
ピコン
俺も楽しみ
もう着くよ
友だちな～行こーぜ
どれ？俺にも見せて
調べてくれてサンキュ！
近…！
お待たせ！
ほわ～♡
うれしい～！送って良かった！
13:15 カフェ@ストロベリーマニア
ねっ？
おしゃれなお店だね
お待たせしました
これは…映える！
パァァ…
インスタにアップしたい！
はっ？
真剣
カシャ
カシャ
カシャ
いつもだったらめちゃめちゃ撮るケド
今はデート中！
デート中に写真ばっかりだとガッカリ！
NO！
ここはガマン！
おいしいね
コウショウくんっ
胸キュンポイント
インスタ映えより思い出の写真を撮ろう！
一緒に写真撮ろっ♡
いいねの数より2人の想い出の数を増やすんだ！
カシャ！
この時間どうしよ…
緊張して話題も思い浮かばないよ…！
あ
こないだ好きって言ってたマンガ見ない？
お、いいね！
ポン
アハハ
胸キュンポイント
スキマ時間はマンガやゲームのアプリで盛り上がろう！
笑顔かわいいな…
おなかいっぱい！
映画までまだ時間あるね
15:30 映画
18:30
うんっ
今日は楽しかった！またな！
あっという間にデートは終わり…
帰宅
緊張したよぉ～
お礼のLINE送ろう！
胸キュンポイント
帰宅したらすぐ、ありがとうのLINEを送ろう♡
今日ほんとに楽しかった
いつもよりたくさん話せてうれしかった！ありがとう
えっ！
ほんと楽しかったな！
こちらこそ今日はありがとう！！
実はちょっとキンチョーしてたけどマノカのおかげでめちゃ楽しかった
次は水族館でも行くか！！
こんな長文、初めて！
頑張ってよかった…！
スマホよ、ありがとう…♡
機種の種類が超充実！
ポイント！
みんなどれを使いたい？
iPhone は米国および他の国々で登録された Apple Inc. の商標です。iPhone の商標は、アイホン株式会社のライセンスにもとづき使用されています。TM and © 2019 Apple Inc.All rights reserved
iPhone7
Xperia 8
Android One S7
ポイント！
家族まで割引！
学割対象の子どものいる家族で新規契約した場合。
再始動、お楽しみにね！
ワイモバスマホ部はしばらく充電期間に入るよ♡
スマホで胸きゅんしたいコは
5-18歳なら誰でも
ワイモバ学割
親も子もおトクに！
でスマホデビューしよ♡
締切は6月1日！これがラストチャンス!!
急げーっ
新規割／家族割引適用で2回線目以降
12GBで
通話・ネットコミコミで
1,480円／月
機種代金別
翌月から6ヵ月
1回線目1,980円／月
※期間中（2020年6月1日まで）に、お申し込み時の使用者年齢が5~18歳で新規、他社からの乗り換え(MNP)、ソフトバンクからの番号移行、PHSからの契約変更にて「スマホベーシックプラン M」にて「新規割」、「ワイモバ学割」、「家族割引」適用で2回線目以降の料金。「ワイモバ学割」はご契約当月から13ヵ月間。「新規割」(翌月から6ヵ月間) 適用終了後は「家族割引」適用で2,180円/月。「ワイモバ学割」適用終了後は「家族割引」適用で3,180円/月。12GBはオプション加入要(データ増量無料キャンペーン2適用で1年間無料・14ヵ月目以降 500円/月)　無料通話について、1回あたり10分を超える国内通話は10分超過分において、30秒につき20円の通話料が別途発生。一部対象外通話あり。表示価格は税抜。
Y!mobile
Y!mobile サービスについてのお問い合わせ先
ワイモバイルサービスサイト（サポート）
http://ymobile.jp/support/
※サイトへのアクセスには通信料がかかります。
スマホ利用ルール
・スマホの利用ルールはおうちの方と話しあって決めましょう。
・未成年の方のお申し込みには親権者の同意が必要です。また、スマホ利用では、年齢に合わせたフィルタリングサービス（あんしんフィルター）の利用が必要です。

Photo/booro[BIEI](models), Masumot Kohji(stills)
Stylist/Shimano Mayuko Hair&Make/Tsuzuki Hikari
Models/Kato Saki, Yoshioka Yuna Design/midoriya

repipi armario

レピピアルマリオ 2wayキャンバストートで 量産型女子デビュー♥

ガーリー女子からラブコール沸騰中の巾着トートが
ふろくに登場!! しかも2wayで学校でも使えるなんて推せる♥
憧れの量産型女子デビュー、この春こそしてみない?



リボンメドットメフリルってかわいさ無敵♥

2 ブラウス+スカパン

ショーパンもこれならガーリーに

1 ショーパン+カンカン帽

小6・吉岡優奈(ユナ)

ユナ☆リボンタイつきブラウス※6月上旬入荷予定¥4389、チェーンつきスカパン※5月下旬入荷予定¥4389／ともにレピピアルマリオ カチューシャ¥1650／グランドエッジ 渋谷109店 ソックス¥880／靴下屋（タビオ） オックスフォードブーティ¥3740／T&P渋谷109店

ユナ☆レースブラウス¥3289、リボンベルトつきキュロット※5月下旬入荷予定¥4389、カンカン帽¥2739／すべてレピピアルマリオ イヤリング¥330／パリスキッズ原宿本店 パンプス¥3190／T&P渋谷109店



高1・加藤咲希(かとう)

ガーリーでモテそうでちょっと生意気。憧れの量産型女子、やってみよー♥

\レピピで発見♥/ 量産型女子デビューアイテム



6 ハートイヤリング
鍵と鍵穴の左右アシンメトリーなデザインがポイント! ¥880／レピピアルマリオ

5 キラキラピン 2コセット
キラキラのラインストーンがぎっしり! イニシャルを探そ♪ 各¥660／レピピアルマリオ

3 リボンゴム
モノトーンのレピピロゴがおしゃれ! カジュアルコーデにも◎。¥880／レピピアルマリオ

4
さりげないロゴがオトナっぽくて使いやすいの♥ ¥660／レピピアルマリオ

7
耳もとで揺れるコロンとした赤いハートがキュート♥ ¥880／レピピアルマリオ



ライブでやりたい♥ 量産型ヘアメイク!

HAIR
ベースはゆるーくふわふわに巻いて女のコっぽく。ちょっぴり高めのハーフアップにして、リボンゴムをON。おくれ毛のニュアンスがポイント♥

EYE
ベージュ系のアイシャドウをまぶた全体にぬったら、上下の目じりにピンクをのせて。涙袋には赤みブラウンのキラキラシャドウ&マスカラで下まぶたを重めに!

LIP
なじみのいいピンクリップを下唇をぷっくりさせるよう、たっぷりぬって。マットじゃなく、ツヤリップでうるうるさせるのがオススメ!

かとぅ☆リボンタイつきレーストップス¥3289、チャームつきスカパン¥3289、リボンゴム¥660、イヤリング¥880／すべてレピピアルマリオ ソックス¥550／靴下屋（タビオ） パンプス¥5390／ヌオーヴォ

レピピ量産型女子グッズプレゼント

レピピの量産型ガーリーアイテムを各1名にプレゼント。P63の応募用紙にほしいアイテムの番号を書いて応募してね。洋服のサイズは全てMまたはフリーだよ。



肩からもヨユーでかけられる!

広げればたっぷり入るトートとして!

リボンは正面で結ぶ



学校サブバとしても◎

ニコラも入るサイズ!!



持ってる姿もモテそう〜♥

2way

リボンをくるっと結べばハヤリの巾着トートに!!



リボンにもロゴ入り♥

Canvas tote

私がニコ㋲になるまで

episode -13- YURA







YURA's comment

オシャレにはそこまでこだわりはなくて、だいたいお母さんのオススメを買ってた。私の好みじゃない服は、なんか柄が大きいかな〜？とか、やんわり断ってたけど（笑）。

小4から私がいつか応募したいと思ってたのを両親は知ってたから、協力的だった！ 写真は50枚くらい撮って、両親が3枚まで絞ってくれて、最後は自分で選んだよ。

マンガを描いてくれたのは…

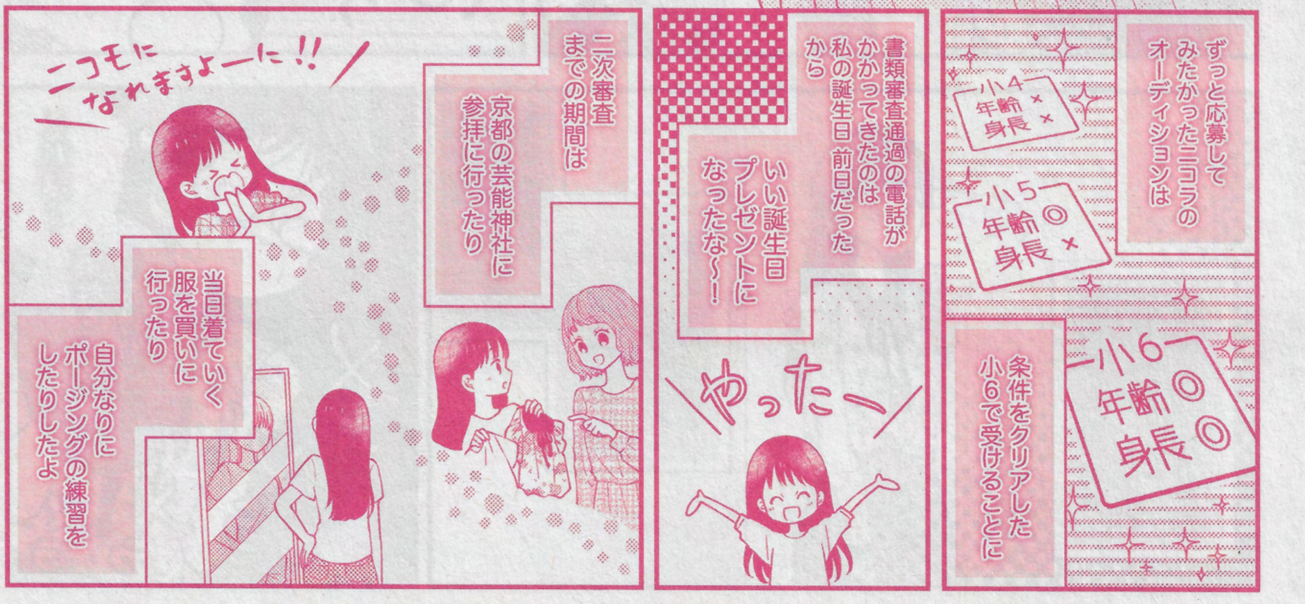


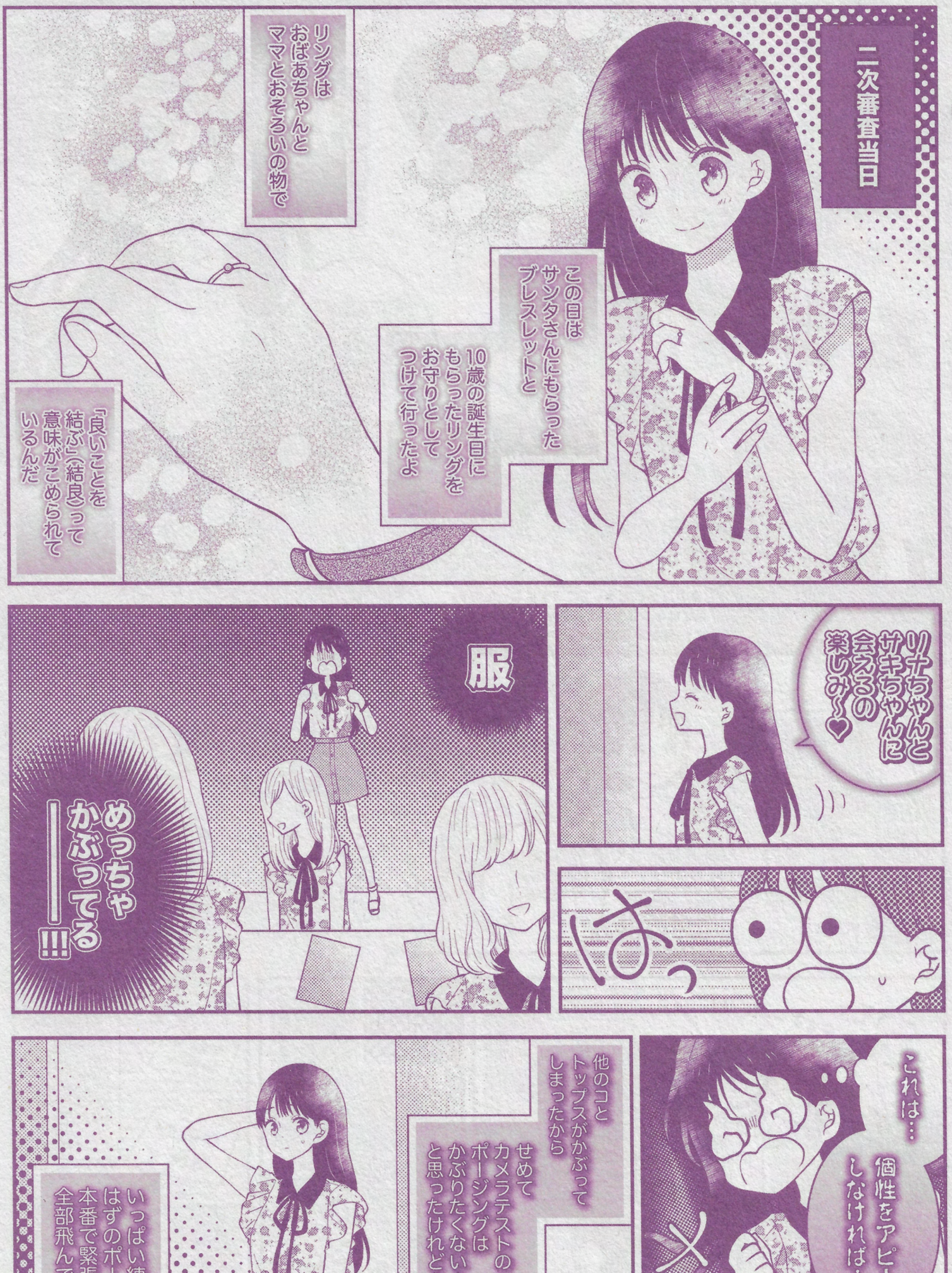
せいけみ先生

『恋エピ』などで活躍中の少女漫画家さん。女のコも男のコも表情豊かでかわいくて…恋愛漫画は胸キュン間違いナシ♥ ぜひインスタ&ツイッターをチェックしてね！
Twitter：@seeekemi
Instagram：@sayk.seeekemi

「あのコって、どうしてニコ㋲になったの？」気になるニコ㋲のオーディション体験を、毎月マンガでお届け！ 第13回は昨年度のオーデ合格のユラだよ！









YURA's comment

私は緊張してたからか覚えてなかったけど、お母さんが「ミナミちゃんとシズクちゃんいたよ」と合格後に言ってた。ミナミは隣に座ってたらしい!



YURA's comment

審査が始まる前に編集さんと「へびへびじゃんけん」の話で盛り上がったから、印象づけられたんじゃないかなと思ってた♪(でも編集さんは覚えてなかった!笑)



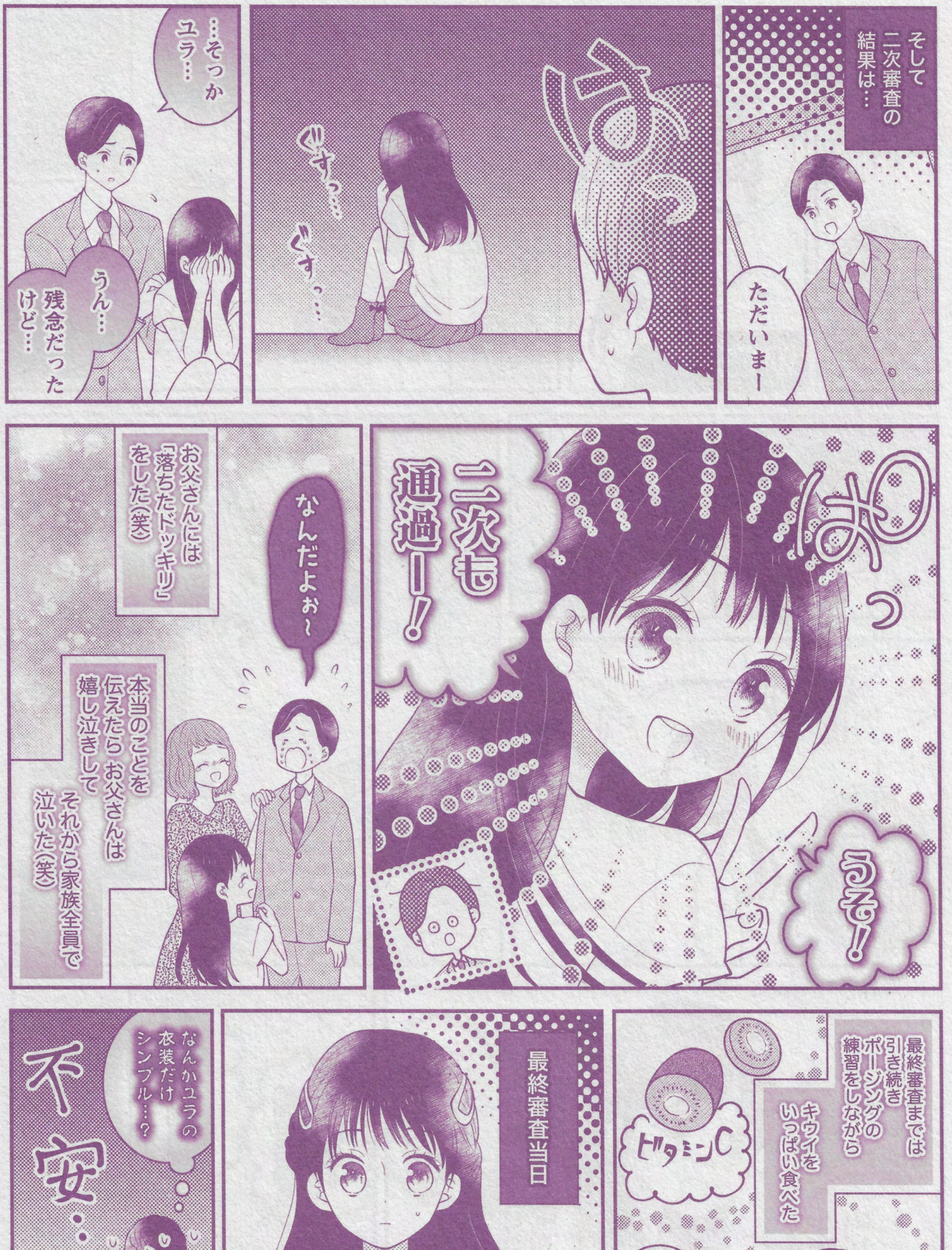
YURA's comment

二次審査結果の電話を私が聞いてるとき、まだ結果を言われてないのにお母さんがジェスチャーと口パクで「マル? バツ? どっち!?」ってめっちゃ聞いてきたのが印象に残ってる…(笑)。



YURA's comment

カメラテストで気合を入れてポージングしたら、動きが速かったのか「シャッターが追いつかないよ~(笑)」と言われて、やっちまった…と焦った…。





YURA's comment

結果の電話が来る前日なんて「たぶん合格…できたんじゃないの…?」くらいのポジティブさだった。お母さんには「ユラ、そういうこと言っちゃダメ…(たぶん落ちてるから)後で悲しむよ」ってツッコまれたけど(笑)。

YURA's comment

初対面のとき、ユナは大人っぽくて、てっきり中2だと思ってた! ミナミとシズクは物静かで女の子っぽいな～と。同い年のカホは話しやすくて明るくて、みんなキャラが違うからいい同期だなって思ってる♥

♥見た目に反してかなーり面白キャラなユラでした♪ 今年のオーデ、みんなぜひ受けてみてね!

ニコモ&ニコ読のお悩み解決!

生徒会の部屋

メールや手紙で参加しよう!

今月から新生徒会にバトンタッチしてスタート!



高1・若林真帆(マホ) 生徒会会長

高1・小林花南(カナミ) 生徒会副会長

今月はマホ&カナミ!

Photo/Tsutsumi Hiroyuki　Hair&Make/Akagawa Megumi
Stylist/Ohashi Miki　Models/Wakabayashi Maho, Kobayashi Kanami
Text/Nitanai Ayaka　Design/Hirao Norihisa
※クレジットのないものは全て私物です。

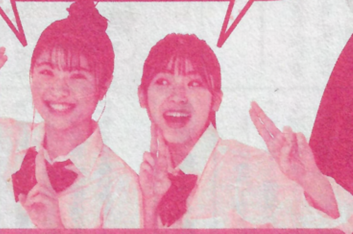
みんなと一緒に考えるメンバー　マホ　カナミ



今月の悩める後輩モはカノン!

中3・北川花音(カノン)

後輩モのお悩み解決!



カノンのお悩み①

受験に向けてどうやって勉強してましたか?

【カノン】受験生になったんですけど、まだ塾に行っていなくて。ニコラのアンケートとか撮影とかがあるから、どうなるか不安で…。どうやって勉強していたかなって。【カナミ】いつもどのくらいでアンケートを出してる? 締め切りギリギリとか? 【カノン】考えちゃって、ギリギリのものもあるし、早く出せるものもあるしみたいな。【カナミ】今までテストとかぶった時はどうしてた? 【マホ】アンケートってかぶっちゃうよね。【カノン】いつもアンケートが終わってから、テスト勉強してたのであまりできなくて。【カナミ】一緒だ。マホはどんな感じだった? 【マホ】あまり勉強が得意じゃないのもあるけど、やっぱりアンケートが大変だから、そっちの方ばかりに集中しちゃって、勉強しないことはよくあったかなって。【カナミ】行きたい高校は決まってる? 【カノン】まだあまり決まってません。でも、周りのコたちが塾とか行ってるから…。【マホ】もう行ってるんだ。【カナミ】でも、ぶっちゃけなことを言うと、塾・アンケート・撮影・学校を両立するのって、本当に難しいから、私はアンケートと撮影を優先にして、受験の時でも一度も断ったことはないかも。ある? 【マホ】マホもない。自分が将来に何をしたいかを考えて。例えば、モデルじゃなくて他にやりたいことがあるんですとかだったら勉強にも集中した方がいいけど、私は芸能界でモデルを続けたいですとか、女優をしたいですとかだったら、アンケートとかでもっと自分を…。【カナミ】うんうん、すごい難しい話にはなるけどね。【マホ】あと周りの友だちが塾に行ってるからっていう焦りもあるんでしょ? 【カナミ】塾に入ることをお母さんはなんて言ってるの? 【カノン】「いい」って言ってるんですけど、両立が難しいかもしれないって悩んでる感じです。【カナミ】すごい難しいよね。自分の撮影日数とアンケートと相談することかな。あと、アンケートを受験のころはちょっと手を抜くのも必要だと思う。編集部さんたちも許してくれるし、全然。【カノン】わかりました。ありがとうございます!

カノンのお悩み②

夏の日焼け対策について聞きたい!

【カノン】夏は日焼けしちゃうじゃないですか、やっぱり。でも、学校のプールがラッシュガード禁止で、どうしても毎年焼けちゃうんです。だから今年こそは日焼けしたくないなって。【カナミ】もともとは? 【カノン】もともと地黒で焼けやすくて。【マホ】あ〜。それでさらに焼けちゃうってことだよね。【カノン】そうなんですよ。だから、どうやって夏に対策してるか聞きたいなって。【カナミ】私は、プールには入らなかったな。【マホ】マホも入ってない。【カナミ】入らなきゃダメ? 【カノン】まだ相談してみないとわからないけど、みんな入ってるから。周りの目とかが…。【マホ】う〜ん…。マホは中1のころから「こういう仕事をやっていて日焼けをあまりしたくないので、プールの授業は控えさせてください」って言って、ずっと3年間プールしてなかったんだ。【カナミ】でも、そういう女のコいるよね。1人くらいいない? 【カノン】いないです。【カナミ】えっ、うそ! 私の周りに全部休んでるコ5人くらいいたんだけど。【マホ】でも、こういう仕事をしているからとか言ったら、たぶん先生も許してくれると思うし。【カナミ】学校は公立だよね? 【カノン】公立です。【カナミ】じゃあ大丈夫だと思う、そこは。【カノン】でもプール休んじゃうと…。【カナミ】成績でしょ。それはもうカナミは気にしなかった。【マホ】マホも気にしなかった。他の体育の授業を全力でやった。例えばバレーとか。【カナミ】バスケとかバドミントンとか。室内は、もう本当に全力でやる! 【マホ】あとは体育のテストをがんばったりとか。【カナミ】でも、絶対プールに入らないといけないし、ラッシュガードも着れないっていうんだったら、日焼け止めでなんとかする。あとずっと水中にいるとか。【マホ】飲む日焼け止めみたいなものを使ってみるのもいいんじゃないかな。あと日焼け後のケアも大事だと思うから。日焼けしたなって思う日は、家に帰ってケアをする。

【カナミ】学校までは何分くらいかかる? 【カノン】5分くらいです。【カナミ】あ〜、じゃあ日傘とかは? 私は日傘さしてる。あと靴下焼けをめっちゃしやすい人だから、全体にぬるっていうよりはソックスの境目の所を重点的にぬってた。どこが焼けやすい? 【カノン】顔とかですかね。顔が一番焼けてる気がします、あと首元とか。【カナミ】上半身か。そしたら帽子とかもダメ? 【カノン】たぶん帽子もダメです。周りが全然何もしてないんですよ。日焼け止めぬるくらいしかしてないから。【カナミ】でも、日焼け止めにも限界があるから。これは「こういう仕事をしてます」って学校に言うしかない。そこまで高くないから、飲む日焼け止めと普通の日焼け止めを一緒に使ったり。外とかけっこう出る? 【カノン】外はそんなに出ないです。【カナミ】じゃあ夏休みとかは大丈夫じゃない? 夏の学校の期間が問題だよね。【カノン】長袖とか着てますか? 【カナミ】シャツは、半袖を着ないようにしてた。【カノン】私服でもですか? 【カナミ】私服では、うすいカーディガンを着てたよ。あとパンツとか。あと日陰から出ない!

カノンのお悩み③

顔やせの仕方に悩んでいます!

【カノン】私、顔が丸くて。太らないように気をつけてても、顔が丸くなっちゃうんですよね…。【カナミ】えっ、でも顔以外細くない? 【カノン】いやいやいや。【マホ】丸顔って骨格の問題? それともほっぺたに肉があるみたいな? 【カナミ】体重はどんな感じ? 納得はいってる? 【カノン】体重は納得いってるんですけど…。【マホ】うんうん。ニコモになってから、どこに一番肉がつきやすいと思うようになった? やっぱり顔? 【カノン】太ももとほっぺとか。【マホ】フェイスラインとかだね。でも、細いけどね。【カナミ】ほっそいよ。脚ほっそいよ。【カノン】いろんなマッサージとかダイエットとか試しても、顔やせが難しくて。だから、どんな風にしてるか気になって。【カナミ】言ったら、卒モのリナちゃんとかもそうじゃん。体はすっごい細いけど、顔は丸顔じゃん。生まれつきっていうのもあるから、そこまで気にしなくてもいいと思う。でも、私はそんなに気になったことないよ! インスタグラムとかで。私は、病院の先生に奥歯で噛みすぎで片方のエラが張ってるって言われてから、噛むのを後ろだけじゃなくて前歯のあたりでもするようにした。あと左右平等に噛む。常に食事の時は意識した方がいいかもしれない。【カノン】わかりました。なんか、童顔だし、丸顔が気になってて。【マホ】撮影してる時に、ちょっとアゴをひき気味にするとか。【カナミ】あとちょっとアゴをあげて、フェイスラインをわざと見せたり。【マホ】自分の盛れる顔を研究してみたりとか。【カナミ】マホ、目がめっちゃキレイ(笑)。そうだね、盛れ顔を研究してみるといいかも。【マホ】あと無意識にアゴがあがったりする時があると思うから、気をつけるようにするといいよ。【カナミ】フェイスラインを強調させるのは、むくみやすいならいい状態にもなるしオススメ。マッサージは続けて、そのままで全然いいと思う。顔がぷっくりしてるのもかわいいもんね。ニコラっぽくて、私はとっても好き。



ありがとうございました!

恋バナ

好きな人ができない

私には、好きな人がいません。というかできません。どういう気持ちが恋愛なのか分からないから、好きかどうか分からないんだと思います。私は特に男女の性別を気にしていなくて、男女同様に接しています。ぶっちゃけ、普段の学校生活で男子に対しても「あっ、こんなトコ（一面）あるんだ、いいじゃん！」と思うことはいっぱいあって、もう中学生だし、キュンキュンする学校生活が送りたいです！　今は隣の席・近い席・同じ班など接点がある男子から、少しずつ良い所を探して、自分の理想に当てはめていっているのですが、全然できません！　友だちにも「無理につくろうとせずに、自然と好きになった方がいい」と言われたのですが…。どうすればいいんでしょうか？　もしくは、好きな人をつくるのはあきらめた方がいいんでしょうか？アドバイスお願いします！（ちなみに、私が好きな人募集中なことはクラスの7～8割は知っています）

（奈良県・中1・あいか）

●マホ&カナミの意見

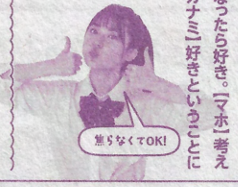
【マホ】友だちの言ってる通りで、無理に作らなくてもいつか絶対現れるから。みんなそういう時期だからって作らなくても、全然大丈夫だと思う。【カナミ】中1か。【マホ】中1ってあれじゃない？　いろんな小学校から集まってきて…。【カナミ】これからだよね。難しいな。私も学校で好きな人できないしなー。【マホ】本当に無理に作らないでいいよね。友だちがいるなら。【カナミ】周りを気にしなくても大丈夫だと思う！　【マホ】周りに流されずに！【カナミ】いろいろクラスとかも替わったりして、絶対中学でできると思うし。

【マホ】恋愛がどういう気持ちなのかって、それを聞かれたら難しいよね。【カナミ】難しい～。なんかその人のことを考えちゃうなっていう感じなんじゃないんですか。【マホ】ふとした時とか。【カナミ】授業中でも考えるなって思ったり。【マホ】目で追っちゃうなとか。【カナミ】うん。それは好きだと思うよね。校庭とかを見てた時に、ふと見つけて「あっ」ってなったら、それは好きだと思う。「いいじゃんと思う」って書いてあるけど、それは好きじゃないと思うんだよね。普通にお友だちとして、カナミもこうやって思うことはあるし。「あっ、このコのいい所知れたな」とか。これを超えたらじゃない？一面が知れて「いいじゃん」じゃなくて、「いいな～、もっと知りたいな！」ってなったら好き。【マホ】考えすぎもあるのかなって。【カナミ】好きということに対して？　【マホ】うん。無理せずに自然体でいたら、絶対そのうちできるかなって。【カナミ】たしかに。



愛媛県・中3・わっこ


大阪府・中3・おもち太郎



これから私に何ができる？

私には親友の女のコがいます。そのコをKとします。そして、同じ学年のKWくんがいます。私とKは2年生のころ仲良くなり、それから何でも相談できる仲となりました。ある日、いつものように学校に行くと、その日の放課後ある1人の男子Tくんが「KWはKのことが好きなんだって～」と学年のみんなに言いふらしていました。その日の習い事の時間からKは「もう、学校も習い事も行きたくない!!」と毎日のように私に言います。同じ学年の人から「KW」「KW」と言われて、私はKがかわいそうで。その数日後、学年集会がありました。でも何事もなかったように終わっています。Kはついに泣いてしまいました。私は考えて考えて悩んで毎日がとてもツライです。Kが少しでも元気になれるような考えがあれば教えてくれると嬉しいです！

（福岡県・中2・タピオカLove）

●マホ&カナミの意見

【カナミ】Kちゃんのそばにずっといること。してあげられることはないと思う。【マホ】無理にはげまされても、Kちゃんもちょっと気まずいしね。だから、なにも言わずに隣にいる。あとTくんに、「いやがってるよ」って言ってみるのはどうかな？　【カナミ】う～ん。Tくんは、これからも言いふらしそう。【マホ】たぶんお調子者なんだろうね。【カナミ】タピオカLoveちゃんとTくんとの関係が気になる。ふつうの友だちだったら注意できるけど、カーストとかがあって言えなかったら、どうすればいいんだろう？　【マホ】もう先生に相談しましょう。でも、学年集会があったのに解決してないのかな？「でも何事もなかったように終わっています」って、これは先生がひどいわ。【カナミ】そうだよね。じゃあもうタピオカLoveちゃんがTくんに勇気を出して言うしかないよね。【マホ】うん。どうしても気になるならね。

【カナミ】何事もないように終わってKちゃんは泣いちゃったんだよね…。【マホ】あ～。Kちゃんに、なんか楽しくなる話をするとか？　【カナミ】このことを忘れて、一緒に話したり、電話したりしてみるとか！　【マホ】発散しちゃおうっていうね。【カナミ】Tくんとタピオカ Loveちゃんの関係が気になるな。言えるような関係だったら、絶対に言った方がいいけど。言えるような関係じゃなかったら、直接はどうにもできないかも…。



先輩のことが好き

私には今、1つ上の学年に、好きな人がいます。その先輩をK先輩とします。K先輩とは、私が中学に入学してから1ヶ月くらいたったとき、たまたま同じ知り合いがいて、仲良くなりました。また、帰りの時間も同じくらいなので、よく話すようになり、少しずつ会話も緊張せずにできるようになりました。部活の場所も隣で、よく目が合います。

そんなK先輩と、前に一度恋バナをしたことがあります。「好きな人いるの？」と聞かれたので「先輩も言わなきゃズルイですよ。」と言うと、K先輩は元カノの名前を出して、「かもね～」と言いました。自分の好きな人はごまかして「もしかして2年？」と言って私の好きな人当てゲームを勝手に始めたりしていたのですが、私は「かもね～」の方が気になってしまい、会話にあまり集中できませんでした。そんなちょっとズルくて、でもやさしくて楽しいK先輩に、私はどう思われていると思いますか？　そして、大好きなK先輩と、両想いになれる可能性はありますか？　教えてください！　よろしくお願いします!!

（長野県・中1・永瀬mimico）

●マホ&カナミの意見

【カナミ】これは難しくないよね？　ズバリ、両想いになりましょう。いけないですかね、ダメかな？【マホ】でも、男のコってすごいアピールすると「俺のこと好きなのかな」って思ってくれると思うから。【カナミ】でも、男のコはかんづいてるんじゃないかな、若干。で、ここからわざと思わせぶりな態度を取ってきたら、ちょっと考えてもいいかもしれない。あっ、いいかもみたいな。【マホ】でも、自分からアタックしないと先輩は振り向いてくれないかもしれないから。やらないで後悔するよりも、やって後悔した方がいいと思う。【カナミ】いいじゃん（笑）。両想いになれまーす！　なれるよね？　【マホ】なれてもなれなかったとしても、がんばったからいいんだよ。先輩には、話しやすい後輩って思われてると思うな。【カナミ】ふつうにかわいい後輩だなとは思われてると思うよね。思われてないかな？　【マホ】思われてると思う。だって仲良しなんでしょ？



岡山県・中2・ぴぴ♡

友だち

男子と仲良くするのってダメなの!?



私はよく、仲の良い男子のFくんと、Fくんのことが好きなKちゃんと、Kちゃんと仲のよいFちゃんとで、廊下で話します。私とFちゃんは、Fくんのことを好きではないのですが、まわりの人たちからは「Fくんのことが好きな女子たち」と認識されていて、困っています。さらに、最近では「Fガールズ」だとからかわれていて、正直、なるべく避けて、Fちゃんと思いました。しかし、なるべくFくんのことは避けようと思いました。しかし、なるべく避けて、FちゃんやKちゃんと話していてもFくんの方から近づいてきて、また振出しに戻ってしまいます。他の女子が他の男子と話していても、周りは何も言いません。それに、クラス内でもFくんはもともといじめれっ子だった影響なのかよくわからないけど、仲が良いのは、小学生のころから仲の良い友だちと、中1の時から仲の良い友だちだけになってしまいました。私は、もともと人と関わるのがニガテで、クラスでよく話すのはFくんと仲のいい友だちだけです。ウワサはやめてほしいけど、だからって話さなくなるとぼっちになってしまいます。どうすればいいのでしょうか？　男子と仲良くするのってダメなの!?

（千葉県・中3・カッピー）

●マホ&カナミの意見

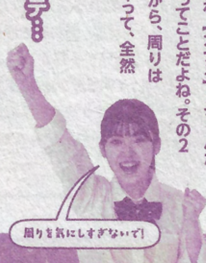
【カナミ】Kちゃん・Fちゃん・カッピーちゃんの3人グループなんだ。で、Kちゃんだけが好きなのに、好きじゃないFちゃんと自分もFガールズって呼ばれちゃってるのかな。【マホ】Fくんと仲良いから、好きって認識されてるってことね。【カナミ】うわー、ぴえん。どうしようね。でも、避ける必要はないよね。好きじゃないんだったら、好きじゃないって普通に言えばいいし。【マホ】Fガールズって呼ばれるのがイヤなんでしょ？　マホなら気にしないな。別に周りの目なんて気にしない。仲良くしたい人と仲良くした方が自分も楽しいし、一緒にいて楽だし。【カナミ】うんうん。抜ける理由が周りにからかわれてっていうのを、Kちゃん・Fちゃんが知った時に一緒にいられない雰囲気になるよね。ずっと。

【マホ】で、「男子と仲良くするのってダメなの!?」って最後に書いてあるけど、全然いいよね。【カナミ】いいけど…からかわれるのがイヤなんだよね。このコの立場に立った時に、私だったら一緒にいるけど、周りに「Fくんのことは好きじゃないから、からかわないでほしい」って正直に言う。【マホ】それは言った方がいいよね。からかいって、どんなやつなんだろう。【カナミ】「好きなんでしょ」みたいな？　【マホ】怖いね。でも、認識されていても周りの目を気にしないっていうのも1つの手だよね。【カナミ】でも、このコはそれがたえられないってことだから。【マホ】なんでそんなウワサが…。【カナミ】「本気で好きなコがいるのにからかうのは失礼だよ」って、からかってくるコとかに言ってみる。【マホ】言い方が大事だよね。【カナミ】Fちゃんたちはついてきてくれるってことだよね。その2人がいるなら心強いから、周りは気にしないで言っちゃって、全然大丈夫だと思う。



愛知県・中1・しとろん

宿泊学習がニガテ…



私は宿泊学習や修学旅行がニガテです。とても怖いんです。昼間は大丈夫なのですが、夜が眠れな

くて怖いんです。それも年々強くなっていって6年生の時は電話を掛けさせてもらいました。(学校から家族に)本当に迷惑なのはわかっていますが、食欲をなくすほどダメなんです…。中学生になると1泊2日ではなく2泊3日になってしまいます。夜が2回も来るなんて本当に無理です。約3日も家族に会えないと思うとすごくつらいです。こんな自分がイヤです。当日だけでなくその何日も前から泣きまくってみんなに迷惑をかけててイヤです。私だって怖いけれどみんなと同じように楽しく笑顔で迷惑をかけない宿泊学習にしたいんです。でもなかなかできません。こんなに怖がりで心配性でわがままな私に何かアドバイスをください。お願いします。

(神奈川県・中1・まふぁみーな)

●マホ&カナミの意見

【カナミ】トランプとかを持ってっちゃう。【マホ】でも、それがダメだったとしたらね。【カナミ】恋バナする? 【マホ】その怖い気持ちを忘れることをするみたいな。友だちと楽しんだりして。【カナミ】それかお母さんに手紙を書いてもらう。「大丈夫だよ〜」みたいな。書いてもらってがんばったら読めるみたいな。それか家に帰ったら、ごほうびを用意してもらうとか。【マホ】ごほうびを楽しみにするといいよね。あと例えば、まくら投げをして疲れきった状態で寝るとか? 【カナミ】とりあえず昼間にめっちゃさわぐんだよね。昼間にさわいで、帰ってきてまくら投げをして、そしたら眠くなる。【マホ】さらに疲れさせて眠くなって。怖いって思うヒマをあたえずに眠りに落ちるっていう。マホは1人が全然大丈夫だからニコラの撮影で泊まりがあっても大丈夫だけど、それが怖い子もいるから。でも、ずっとこのままこうしていても、歳を重ねていったら、いろいろしないといけないこともあるし。【カナミ】経験に勝るものはない! 【マホ】がんばって慣れて…何事も経験です! 【カナミ】家に帰ってからの自分にごほうびを作る、怖がるヒマを与えない、はしゃぐ。とりあえず遊べそうなものは全部持っていく! あと夜ご飯をめっちゃ食べる。



スマホを持っていなくても友だちはできる?

私は、スマホを持っていません。今は小6だけど(※手紙を書いてくれた時点での学年です)、クラスでは半分以上が持っていて、クラスで、グループLINEを使っているそうです。クラスで遊ぶとき、私の友だち3人は、スマホ・タブレットを持っているので、グループLINEをやっているのですが、私は持っていないので、あまり誘ってくれません。とても悲しくなり、スマホなどを持っていれば、遊べるのかなと思っています。でも、家庭の事情で、スマホなどは中学生の間に買ってもらえそうにありません。この春で、中学生になるので、友だちができるのか心配です。中学生になって、スマホを持っていなくても友だちができるでしょうか? お願いします。

(広島県・中1・パスカル)



岐阜県・中1・ナツ

●マホ&カナミの意見

【マホ】マホもニコ㋲になってなかったら、高校生になるまでスマホを持たせてもらえなかったし。【カナミ】必要ないんじゃない? 【マホ】そういうコって、意外と多いよね。受験が終わってからとか。【カナミ】私の友だちにも3人くらいいる、高校生になってからのコ。これは家庭の事情だもんね。【マホ】うん。でも、こういうのってツライよね。グループLINEでって。【カナミ】それはキツい。【マホ】それを目の前で話されたら、自分はどうすればいいかわからないし。【カナミ】カナミのおうちは、今弟が小3でサッカーを習ってるから一応持ってるけど、周りはほぼみんな持ってないから、お母さんとの約束で遊びには持っていかないとか、スマホを持っていないお友だちと一緒にいる時は、そのコの前では携帯を絶対いじらないとか。【マホ】ちゃんと決まりを作ってるんだ。【カナミ】だから、この状況をお母さんとかにも相談してみるとか。ツライなみたいな。

【マホ】友だちは全然できるよね! マホの所だけかもしれないけど、他の学校とかから集まったら、グループLINEとかも関係ないし、持ってないコとかも全然いるから。【カナミ】わかる。同じ状況のコは必ずいるし、そのコたちとも共感できると思うし。友だちができるできないは、LINEをやってるかは関係しない。【マホ】毎日直接会うしね。で、誘ってくれないっていうのは…。【カナミ】それ、ちょっとひどくない? 【マホ】ね。もう自分から誘う! 【カナミ】学校行ってね。でも、そうやって大切にしてくれない友だちだったら、私はちょっと離れてくかもしれない。LINEをしてないからって誘ってくれないのは、ひどくない? 【マホ】ちょっとイヤだよね。【カナミ】なんかLINEで誘えないなら、別にいいやみたいな感じだよね、絶対。【マホ】本当に大事な友だちと一緒にいた方がいいと思う。絶対楽しいし。パスカルちゃんはなにも悪くないもん。だって、おうちの事情だし。

自分の悩み



ニコ㋲オーデを受けたい

私は2020年2月号でニコラを初めて買いました。小さいころからモデルさんやアイドルになるのが夢で、TVとか見て「私もこうなりたい!」と遠くから憧れていました。でも、一度親に言ったら「絶対ダメ」と言われ祖父母にも反対されました。ずっと憧れていた、「なりたい」と思っていたので、簡単にはあきらめられないけど、おじいちゃんが入院していてお金が必要でもあるので、簡単に言えることではないのですが、私が少しでもお金を稼いで両親を楽にさせてあげたいとも思っています。ニコ㋲さんたちは親にどう伝えたかなどを教えてほしいです。あと、私は、モデルさんなどに必要な笑顔も全然うまくできないし、特技もありません。それに地方の人なので、受かりにくいでしょうか? そしてこんな私でも向いているでしょうか? 深刻な話になってしまいすいません。教えていただけるとうれしいです。お願いします!

(岐阜県・小6・アカネ)



石川県・中1・ほの

●マホ&カナミの意見

【マホ】どうやって親に伝えた? 【カナミ】私は、他のおうちよりも自由な家庭で育って、「人生一度きりだから好きなことをしていいよ」みたいな家庭だったから…。だから、お母さんとお父さんにもいつも通りに話した。かしこまって「こういう話があるんだけど…」とかじゃなくて、普通に「オーディション受けたいな」みたいな感じでご飯中に。【マホ】自分から言ったんだ。【カナミ】なんか人前に出て写真を撮ってもらうことが、小さいころから好きで。お母さんもそういうのが好きってわかってたから、全然反対もしなかったし。お姉ちゃんが受けなよみたいな感じだったから、お姉ちゃんと私で一緒に言ったの。一人っ子だったら無理だけど、兄弟を使ってみるとか。地方のコが受かりにくいことはないですね、マホを見てください! 【マホ】受けたい気持ちがあれば、誰でも受けれるし。【カナミ】マホの家も、けっこう自由じゃない? 【マホ】自由っていうか…。【カナミ】しばりがあんまないじゃん。【マホ】マホの場合は、「自分から受けたい」って言ったわけじゃないけど。でも、メリハリをつけるって言ってみるとか。自分からこういうことするからとか、条件を出す。【カナミ】例えば勉強との両立とか? あとはなんだろうね…お風呂掃除するとか。【マホ】毎日することを決めるとか言ったら、ちょっとでも説得できるかもしれないし。あと笑顔は、マホも全然カチコチだったし。【カナミ】笑顔は正直どうにでもなる、入ったら。カナミも目が笑ってなかったし。【マホ】あと特技なんてマホもなかったし、本当に受けたい気持ちがあれば、誰でも受けられるから、親を説得することがまずは大事だと思う! 【カナミ】でも、祖父母もですもんね。【マホ】祖父母には、もう受けてから言う。「受けちゃった」って。【カナミ】それか親のどっちかを説得して味方につけて、お母さんを説得するとか。とりあえず人を使いましょう。【マホ】一人でも味方がいると、勇気づけられるから。【カナミ】お金を稼いでってエライよね。言い方悪いけど、目標がないコがニコラを受けるよりも、目標があってニコラを受けた方がいいかも。【マホ】何になりたいとか、何をしたいとか。【カナミ】たどり着くものが絶対にあるから。自分に自信がなくても、絶対受けた方がいいと思う。



大阪府・中1・♡ONCE♡

募集しているのはこんなおたより!



❶「恋バナ」
恋愛に関する体験談や悩み

❷「自分の悩み」「家族の悩み」
学校や友だち、家庭、将来、社会についてなど、なんでもOK!

❸「イラスト」
イラストを大きく描いてね! 文字が多すぎると読めないので、文字を書くなら大きく&読みやすく!

❹「みんなの意見聞かせて!」
この「生徒会の部屋」に載っているおたよりに対して、あなたの意見を送ってね!

採用されたらニコ㋲のサイン写真プレゼント!



※ニコ㋲に手書きしてもらっているので、サイン写真が届くのに時間がかかることがあります。

送りかた

①住所 ②本名 ③学年 ④電話番号 ⑤載せるときのペンネーム ⑥おたよりの内容 を書いて投稿してね! ※注意 住所と本名が書いていないと、サイン写真は送れません。

あなたの住所や本名などの個人情報はニコラに載らないし、他の人にバレることもないので安心してね!

手紙で送る 〒162-8711 東京都新宿区矢来町71
新潮社ニコラ編集部「生徒会の部屋」○○係
(○○のところには投稿したいコーナー名を必ず書いてね)

封筒やハガキに切手を貼らないと届かないよ!

メールで送る oshaberi@nicola.jp ニコラネットからも送れるよ!

採用されやすいのはこんなおたより&メール!!
★お悩みの内容がくわしく、わかりやすく書いてある
★イラストを描いた紙に折りジワがついていない



プレゼント当たったよ！ おめでとう♡

当選者発表!!

nicola 2020年4月号

サイン入り表紙写真

富山県 船田吏彩

文房具

1 埼玉県 木下沙耶
石川県 石川葵
2 鳥取県 井上志織
新潟県 北村樹愛
3 静岡県 中村瞭花
京都府 五木美里
4 福岡県 德嶋明空
長崎県 畏谷愛莉
5 埼玉県 山川美和
新潟県 阿部紗奈
6 鳥取県 岡羽奏
新潟県 佐久間心晴
7 神奈川県 吉見知優
宮城県 岡本美羽
8 岐阜県 鈴木結衣菜
9 福岡県 山内飛燕
10 北海道 金井優芽
11 茨城県 八重樫葵
12 北海道 畠山結羽
13 山口県 椙間来美
14 岐阜県 岡部夏実
15 新潟県 金田晶子
16 福岡県 浜口萌絵
17 埼玉県 丸橋佳奈
滋賀県 富田朋美
大阪府 竹林彩香
18 東京都 遠藤真緒
埼玉県 野中美優
長崎県 横川和奈
19 静岡県 斉藤みなみ
20 岩手県 橋本夏美
21 兵庫県 星香奈子
22 東京都 藤田美月
23 千葉県 松尾芽衣
24 大阪府 前田彩乃
兵庫県 金田茉央
島根県 白川裕美
新潟県 吉本春香
福島県 小川梨乃
25 秋田県 古田茉友
東京都 西山菜々
三重県 磯田望海
兵庫県 斉藤莉緒
兵庫県 荒木結子
26 岐阜県 豊喜玲奈
三重県 楢井莉央
奈良県 田渕心弥
沖縄県 玉城日華梨
27 東京都 上原美冬
28 静岡県 吉田莉乃音
宮城県 菅原望愛
29 栃木県 金城桃
埼玉県 柴空
宮崎県 有村優花
30 熊本県 大﨑真結
31 大分県 堀綾夏
32 京都府 森下乃愛
長崎県 日高理紗
33 北海道 杉本和奏
千葉県 小林千夏
埼玉県 草野志歩
埼玉県 伊藤凜
山梨県 近藤実莉
大阪府 萩原紬
愛媛県 石川愛望
福岡県 吉積莉里愛
大分県 近藤桃加
宮城県 津山愛
34 北海道 田邊椎花
北海道 福井瑠七
東京都 平塚涼峯
長野県 鈴木乃愛
大阪府 黒田紗来
奈良県 金城穂乃
広島県 平山果音
鹿児島県 江並陽花
富山県 能登彩夏
宮城県 土橋紬生
35 埼玉県 鈴木芹那
36 東京都 高橋七海
37 愛知県 新木沙耶
愛媛県 安藤純玲
38 秋田県 小林佐紀
東京都 秋吉律
愛知県 谷川梨乃
大阪府 橋本智美
宮城県 大泉俐緒
39 千葉県 森政愛美
愛知県 森紗也佳
愛知県 赤松優愛
広島県 寺田咲季
山口県 松本莉奈
40 長野県 清水日奈加
41 兵庫県 清瀬梨花
奈良県 藤井梨未
愛媛県 兵頭実優
42 新潟県 川﨑理咲
東京都 工藤陽子
43 東京都 福田澪
群馬県 フロケイ海愛
長野県 倉科萌亜
愛知県 釼持紗永
岐阜県 森瀬柊花
大阪府 大矢桃花
奈良県 児島莉香
岡山県 小林桃子
福岡県 清原梨花
宮崎県 中谷沙耶
44 新潟県 増子きよら
45 東京都 野間口心陽
静岡県 西崎未佳捺
46 東京都 坂口萌々子
東京都 長沼咲和
大阪府 鶴谷佳菜
徳島県 江口芽衣
長崎県 小川麻央
47 東京都 岡田真依
埼玉県 西川茉梨
群馬県 木村亜弥
愛知県 高木千佳
三重県 杉原菜月
奈良県 高原紗菜
岡山県 田口杏子
愛媛県 吉澤真由
香川県 藤岡愛生
福岡県 波多江夏音
48 静岡県 藤田実優
49 東京都 増嶋帆香
群馬県 望月祉旋
静岡県 梅原萌瑠
静岡県 小山結女
大阪府 瀧村柚衣
大阪府 綾野夏音
和歌山県 中田さくら
鳥取県 杉山海里
福岡県 谷口美利
熊本県 清水茉梨
50 埼玉県 齋藤美晴
埼玉県 永瀬結衣
51 東京都 土屋葉月
大阪府 小林茉乃
52 千葉県 阿部友香
岐阜県 市橋由莉
大阪府 谷口萌果
53 島根県 丸山純怜
54 東京都 江川美月
奈良県 中田野々花
55 東京都 伊倉鈴華
神奈川県 水口紗世
神奈川県 鈴木七海
長野県 北澤桜
愛知県 松村美咲
三重県 植田七海
岐阜県 鈴木杏奈
京都府 上村由里
岡山県 田中恵梨
広島県 野津佑莉
56 宮城県 川田寧々
57 東京都 金子明香里
広島県 永井日葵
大分県 和田朱美
58 新潟県 小山結子
59 山形県 松本亜子
60 鹿児島県 元田愛依李
61 滋賀県 原優莉
62 山口県 中坪優奈
63 東京都 笠井真優香
愛知県 水野菜津子
鳥取県 加藤心実
64 北海道 川畑瑠南
大阪府 吉田紗良
愛媛県 高橋穂奈美
65 静岡県 杉田絢香
石川県 星菜乃佳
富山県 松本莉乃

プチプラ文房具

1 宮崎県 中島沙也花
2 大阪府 市来和香
3 岐阜県 杉山茉優
4 福岡県 前田彬寧
5 福島県 鈴木一颯
6 愛知県 鈴木暖杏
7 千葉県 安部結
8 静岡県 平田千尋
9 神奈川県 鈴木優奈
10 山梨県 久保田英莉
島根県 斉藤美咲
福岡県 山田華子
11 神奈川県 ディカップヒラリーメイ
島根県 宮本桃子
静岡県 刑部颯優
12 青森県 大久保玲寧
東京都 池田志紀
鳥取県 雑賀苺依
13 千葉県 佐々木雫
長野県 平尾優花
広島県 斉藤茜音
14 神奈川県 小野寿津
千葉県 佐々木初唯
大阪府 嶋田美月
15 埼玉県 倉浪朱凜
16 三重県 近藤美文
17 愛知県 犬飼優奈
18 福岡県 吉田釉花
19 富山県 杉森未英

ニコⓂペンポ

1 静岡県 小泉莉央
2 宮城県 山口萌果
3 宮崎県 中林和奏
4 愛知県 岡本茉梨
5 青森県 堀田由美
6 愛知県 加藤美姫
7 群馬県 勝田紗菜
8 石川県 柴田晶子
9 岩手県 浜辺萌絵
10 東京都 丸橋佳奈

毒かわ雑貨

1 群馬県 川田葉月
2 兵庫県 丸子優奈
3 岩手県 荒川蜜柑
4 京都府 片田咲衣
5 広島県 高橋美羽
6 岩手県 村上悠來
7 長野県 三輪藍
8 長野県 瀬戸口鈴
9 沖縄県 浜本カノン
10 東京都 西村優衣
11 奈良県 井口愛結
12 東京都 福岡汐音
13 愛知県 加藤玲夢
14 福岡県 矢野明日香

春バッグ

1 大阪府 中村日菜
2 愛知県 青山菜摘
3 福井県 岩永朋香
4 神奈川県 宮田美沙
5 東京都 加藤真紀
6 北海道 鈴木奈緒
7 東京都 新橋彩佳
8 東京都 川田朱音
9 大阪府 大河直生
10 埼玉県 真田咲良
11 東京都 鶴川恵真
12 埼玉県 佐久間彩
13 東京都 平林七海

17kgの春服

1 静岡県 植木楼沙
2 東京都 蒲野采花

キーホルダー

1 鳥取県 沢田愛子
2 石川県 岩田千夏
3 兵庫県 田所玲奈
4 香川県 古川咲和
5 静岡県 山口華子
6 宮城県 森下美里
7 東京都 福島さくら
8 奈良県 小橋由奈
9 群馬県 川畑芽生
10 北海道 町中このみ
北海道 髙橋由奈
神奈川県 海野柚奈
茨城県 長洲あゆ
埼玉県 北見優姫菜
長野県 大沢楓花
愛知県 伊関夢翔
愛知県 西田優
愛知県 井上愛彩
岐阜県 小栗杏日
大阪府 田中来音
兵庫県 井藤百夏
11 東京都 鈴木陽子
12 秋田県 安保温絆
13 埼玉県 山田冬花
14 愛知県 藤田春美
15 大分県 佐野瑞希
16 徳島県 廣田真子
17 愛知県 永井舞子
18 福井県 篠原愛莉
19 埼玉県 藤井美雪
20 秋田県 佐々木愛
21 愛知県 波川優希
22 福島県 高田梨花
23 福島県 増子愛莉
24 長野県 柴田和
大阪府 廣瀬瑞希
和歌山県 西川真凛

ダイソーグッズ

1 愛知県 柿本明希
2 鹿児島県 盛永乃愛
3 福岡県 木村瑠依
4 東京都 古谷季咲
5 山形県 金子彩音
6 大阪府 東山直緒
7 愛知県 鈴木翼
8 愛知県 吉村和奏
9 東京都 若林香波
10 大阪府 林田優花
11 北海道 岩澤千
12 奈良県 矢口由貴
13 千葉県 児島陽奈
14 新潟県 吉川舞香
15 北海道 白石二千花
16 岐阜県 神田陽音
17 大阪府 古川奈緒佳
18 北海道 今泉由佳
19 岩手県 成田桃夏
20 岡山県 大熊ひより
21 愛知県 小林風羽
22 京都府 山口茉子
23 新潟県 森山イルハ
24 福井県 田中優音
25 広島県 三谷優奈
26 岡山県 清水萌絵
27 東京都 吉新美咲
28 石川県 根本朱夏
29 佐賀県 小栁沙弥
30 宮城県 羽田野乃花
31 神奈川県 渡部紗衣
32 長崎県 才木琉那
33 東京都 木野花菜
34 静岡県 梨本華生
35 石川県 泉真悠子
36 青森県 佐藤茜音
37 長野県 望月あい
38 北海道 高橋茉友
39 東京都 菊地結名
40 茨城県 川染百香
41 岩手県 宮田涼乃
42 石川県 野津怜花
43 宮城県 内海紗季
44 奈良県 元木凛音
45 北海道 矢田結奈
46 愛知県 渡会結生
47 大阪府 田中春名
48 新潟県 黒井日万莉
49 東京都 渡邉花帆
50 秋田県 佐藤夕海
51 神奈川県 藤沼華子
52 三重県 藤野陽菜
53 愛知県 井上舞
54 埼玉県 岩船茉唯
55 山形県 平山実佳
56 東京都 森田真未
57 秋田県 銭盛星来
58 神奈川県 小林芽衣
59 山形県 吉田梨乃
60 愛知県 加藤京華
61 沖縄県 桜井妃奈
62 神奈川県 酒井菜々子
63 鹿児島県 川田香織
64 富山県 石橋結依

日焼け止め

1 愛知県 小島亜紀
大分県 小沢友理
山形県 北村里咲
2 青森県 寺川悠乃
3 山梨県 原田花帆
4 東京都 内村璃音
長野県 春川七恵
兵庫県 川田優花
5 愛媛県 田中美羽
6 大分県 中里莉香
7 愛知県 池田茉梨
8 神奈川県 本田彩夏
9 東京都 大川美帆

JO1のサインチェキ

福岡県 斎藤星梨

愛読者プレゼント

A 北海道 神田桜花
東京都 大髙蘭
埼玉県 桑原由佳莉
長野県 吉村優里
兵庫県 四位幸菜
B-1 東京都 東條玲花
東京都 外崎百合香
兵庫県 濱田悠莉
B-2 千葉県 嶋田春奈
新潟県 大野綾香
C 茨城県 会田葵
高知県 髙橋侑里
宮城県 高橋真央
D 長野県 島岡栞
愛知県 川口愛加
愛知県 北嶋華帆
広島県 吉田琴里
鹿児島県 中間心菜
E 東京都 髙橋花
神奈川県 羽鳥結
長野県 巣山真里菜
静岡県 梅原結心
広島県 濵崎優愛
F 長野県 矢澤凜紅
静岡県 壁谷そら
岐阜県 堀江真央
岐阜県 佐藤杏珠
滋賀県 安達柚葉
G 東京都 坂本結子
長野県 輪湖悠莉
山口県 長尾陽菜
熊本県 成尾美沙希
福井県 竹内心愛
H 東京都 木村妃菜
千葉県 秋元実々
長野県 矢口夢日
滋賀県 寺田和奏
大阪府 黒田つくし
I 秋田県 新田碧
静岡県 小松姫菜
岐阜県 加藤友音
J 北海道 岡本珠莉
千葉県 田村奈々
広島県 梅野花梨
大分県 中道美咲
新潟県 森川深莉亜

※雑誌公正競争規約により、ひとつの懸賞に当選した人は、この号のほかの懸賞に入選できない場合があります。
※プレゼントは緊急事態宣言解除後の発送予定です。

宣誓!! 我ら、推しのために生きる。

中学生の推し事(おしごと)

推しに夢中な女子ってなんだか楽しそう…！ そんな推し活中学生の毎日をちょっとのぞき見してみました！ これを読んだあなたも明日から、推しのいる生活、してみない？

Photo/Fujii Daisuke Hair&Make/Akagawa Megumi Models/Kondo Yura, Kawamura Kaho, Yoshioka Yuna Illustration/Guu Design/midoriya
※衣装は全て私物です。
※クレジットのない小物は全て編集部私物です。ニコ㊖の私物ではありません。



中1・近藤結良(こんどうゆら)(ユラ)



小6・吉岡優奈(よしおかゆうな)(ユナ)

今、推しがいますか？

芸能人、アーティスト、アニメのキャラ…6割以上のコが誰かを推しているという結果に。

はい 67%
いいえ 33%

そう、今推しに夢中な中学生、増えてます!!

グッズも見せて〜! あなたは何オタク？

King & Prince(キング アンド プリンス)
雑誌でたまたま永瀬廉くんが目に入って…「こんなカッコいい人いたんだ」って一目ぼれ♥(中2・さやちゃん)

JO1(ジェイオーワン)
PRODUCE101JAPANを見てハマりました！ ファンのみんな含めて、白岩瑠姫くんが大好き!!(高1・ばつまるきちゃん)

BLACKPINK(ブラック ピンク)
ツアーTもおしゃれ！(Yumeちゃん)

あいみょん
歌を聞くと元気が出る。自分の気持ちに寄り添ってくれる感じ(中1・ぷちにゃんちゃん)

三代目 J SOUL BROTHERS(ジェイ ソウル ブラザーズ)
ライブ行ったときにGET!!(remonちゃん)

BTS(ビー ティー エス)
LOVE YOURSELF♥(オタクやってます。ちゃん)

チョコレート・ヴァンパイア
かわいくて一途な雪推し♥(みーちゃん)

橋本環奈
めっちゃ美人なのに、ハスキーボイスなのがかっこよくて好き！(中3・こっちゃん)

虫眼鏡
手渡しでもらったサイン本!!(うららちゃん)

ともだちはくま
シュールなくまたちがかわいすぎる♥(中2・ともみちゃん)

嵐
5×20のロゴ入りパスケースがお気に入り！(中2・芽亜里ちゃんLOVEちゃん)

Hina(ヒナ)
『月とオオカミちゃんには騙されない』を見てハマりました！(中3・ののっこちゃん)

TWICE(トゥワイス)
お母さんから誕プレでもらった〜!!(miukonnちゃん)

佐藤健
『恋はつづくよどこまでも』のドSキャラがかっこよかった！(中3・猫村さん)

四千頭身
真ん中のイラストはメンバーの都築さん画！(小6・ごたがーるちゃん)

すとぷり
推しは莉犬くんです♥(riinukun_osiちゃん)

IZ*ONE(アイズワン)
曲が大好き♥ 推しはミンジュ！(raraちゃん)

乃木坂46
大園桃子ちゃんは私の癒しの天使♥(marinちゃん)

鬼滅の刃
友達にすすめられてアニメや漫画を見たら、善逸のギャップが好きに…♥(中2・ともりんちゃん)



中1・河村果歩(かわむらかほ)(カホ)

もちろんニコ㊖も…

メアリはアカリン！
YouTubeがきっかけで大好きになった吉田朱里さん。ニコラの企画で会えて感激!!

エリナは乃木坂46!
特に齋藤飛鳥ちゃん推し！ 乃木坂好きの友達の話を聞くうちにいつの間にか沼にハマった…!!

マノカは鬼滅の刃!
カナヲちゃんを見て「なんじゃこのかわいいコ!?」と一目ぼれ。それからずっと熱中♥



マナ&クルミはAAA
(クルミ)ドラマがきっかけでNissyにハマり、そこからAAAにもハマり、どっぷりファンに！
(マナ)FNS歌謡祭を見てファンに！ 宇野実彩子さんは生き方もルックスも全部大好きで、憧れ♥

ワカナはドーベルマンインフィニティ!
先にお母さんがハマって、つきそいでコンサートに行ったらかっこよくて楽しくて…!!

オタ活あるある
#経験したことあるやつRT

それは…!
街中でグッズ見つけるの超早い(高2・らーちゃん)

年中金欠。(ニコ㊖・かとぅ)

マスクしてるのをいいことに、その下でニヤニヤ♥(中1・きょうちゃん)

推しを語り出したら止まれない(中3・あしゅみにゃちゃん)

公式発表見るまで卒業報道は信じない(ニコ㊖・エリナ)



Mステ見ながらめっちゃしゃべる！(ニコ㊖・メアリ)

推しを見ると震える。(中2・さやちゃん)





「活動休止」と「解散」の違い、めっちゃ大事。(ニコ㊖・マナ)

熱愛報道が出ると本当に情緒不安定。(高1・naonaoちゃん)



「大事なお知らせ」の文字にヒヤヒヤ…(中3・Mitsukiちゃん)

推しが賞とかとると自分のことのように喜ぶ！(中1・はーちゃん)

イメージカラーのもの集めがち！(中3・まゆりんちゃん)

うおお〜!!
推しは酸素!!(小6・ワニ&ユニコーンちゃん)

公式で推しに関する投稿があると「●●くんの投稿ありがとうございます」と公式にお礼。(中3・かえでちゃん)

推し事にSNSは欠かせない!!

情報を仕入れたり、ファン同士で交流したり…SNSの使い方を徹底調査!

1 まずはオタ活専用アカを作る!

学校の友達とオタ活仲間がフォロワーに混在すると、投稿にも気を遣うしややこしい…。がっつりオタ活するなら、**専用アカウントを作るのがオススメ!**　アイコンは推しのお気に入りの顔、推しをかわいく加工したもの、推しをイメージした写真など、**推しに関連するものに!**

335 投稿　85 フォロワー　309 フォロー中

にこらぶ
JC2
ニコ読歴2年
ニコモ全推し
ニコ読ちゃん絡んでください〜

アイコンは…



お気に入りの推し　推しの加工　推しイメージ写真

2 関連ハッシュタグは全部フォロー!!

インスタなら関連ハッシュタグをフォローしておくと、**推しに関する楽しい投稿や新しい情報をいち早くGETできる!**　ハッシュタグを検索して、「フォローする」を押せばOK!

こんな#をフォローしよう

- ♡推しのフルネーム
- ♡推しの下の名前（漢字、カタカナ、ひらがな）
- ♡推しグループの名前
- ♡推しのファンネーム
- ♡「●●●好きな人と繋がりたい」
- ♡「●●●のある生活」
- ♡その他推しの名前を検索して出てきた投稿数の多い#

ハッシュタグ

#小林花南	投稿1,243件	フォロー中
#若林真帆	投稿1,625件	フォロー中
#ニコ読ちゃんと繋…	投稿236件	フォロー中
#ニコ読さんと繋が…	投稿144件	フォロー中
#ニコ読	投稿445件	フォロー中
#ニコモ	投稿6,027件	フォロー中
#ニコラ	投稿48,267件	フォロー中
#nicola	投稿143,618件	フォロー中

Twitterなら…
ハッシュタグ自体をフォローすることはできないので、Twitterの検索で「#●●●」と検索すればOK!　#を付けずにそのまま検索すれば、ツイート内容も検索できるよ。

3 好みのファンアカウントを探してみよう!

まのかちゃんのイラスト素敵〜♥

投稿が面白かったり、かわいい画像加工をしていたり、イラストを描いていたり…**個人でやっているファンアカウントにはいろんな種類が!**　ハッシュタグから検索して、自分の好きなファンアカウントを探してフォローしよう。

4 同年代のファン仲間と絡みたい!

学校の友達が推しに興味がなくても、SNSには同じファンのコがいっぱい!　もちろん同年代も!　投稿にコメントしたりして、**ファン同士、推しの話で盛り上がろう。**ただし、言葉づかいに気を付ける、自分の意見を押し付けないなど、**ネットマナーはきちんと守ろうね。**

急増中! SNSでのトラブルに注意!!



- 同じグループのファンだけど推しが違ったら、**私の推しのことをディスって、自分の推しを自慢**してきて腹が立った（中2・ぶどうちゃん）
- グッズをTwitterで交換しようってなって、**先にグッズを送ったら相手はグッズをくれなかった**（中2・みみちゃん）
- 推しにあげるプレゼント企画に参加したら、**お金を払えと言われて縁を切った**（高2・れもんちゃん）
- 推しが誌面にあんまり出てないと言ってたら、**賛成派と反対派に分かれて大荒れに**（中3・あしゅみにゃちゃん）
- **「私の方が好き!」「私の方がファン歴長い」**とか言われるとムカつく（中3・なっちゃん）
- 中学生の女子と聞いてて、会って話すことになったら、**女装したおじさん**だった…。本当に怖かった（中3・みやっちちゃん）

顔の見えない相手だからこそ、SNSでのファン同士の交流はトラブルになることも。ニコ読のみんなからこんな体験が集まったので気をつけて!

加工画像を作ってみたい!

スマホのロック画面にしたり、Twitterのトプ画にしたり…。かわいい加工作れたらいいなと思うよね。加工上手のナナとクルミに作ってもらったよ!

2人ともアプリはPicsArtを使用!

クルミの 強めクール加工

1. PicsArtで背景を選択
2. 「写真の追加」で追加したい写真を選択し、好きな位置に貼る
3. さっき追加した写真と少し似た感じの写真を、「写真の追加」で、2〜3枚好きな位置に貼る。写真はナナメにせず、まっすぐ貼るのがポイント!
4. 「枠線」の内側を選択し、透明度を下げて枠をつける
5. 「エフェクト」で好みのエフェクトをかける
6. インスタのストーリーを使って、好みのスタンプをつけて完成!（投稿せずに保存すればOK）



ナナの すけガーリー加工♥

1. PicsArtで好きな写真を選択
2. 「写真の追加」で追加したい写真を選択し、透明度を下げる
3. 「ステッカー」でハートの枠を選択し、透明度を下げる
4. ハートの枠の中に入れる写真を「写真の追加」から選択し、透明度を下げる
5. 消しゴムマークを押して、写真をハート型に切り取る
6. 「文字」で入れたい文字を打つ
7. 文字を好きなフォント・色に変える
8. 「シャドー」のぼかし度を上げ、透明度、色を好みで変える
9. 「ストローク」を選択して、文字のふちの色を変える
10. 「ステッカー」でラメとハートを追加して、完成!



#推しのいる生活

みんなが毎日やってることはコレ!



休みの日には…



（ニコモ・マナ）

推しの記念日は全力で祝う!!

誕生日はもちろん、デビュー日など、推しにとって特別な日は一緒に祝うのが常識だって!

ニコ読もやってる!



うらたぬきさんの歌い手11周年記念に、グッズを全て並べた時の写真!　缶バッジで花を作りました。（中2・ろわちゃん）

#推しに貢いで年中金欠…



ライブ代にDVD代に…またお金が飛ぶー（泣）!!

お金の封筒に推しの写真入れてムダづかい防止!!

使えない!

「推しの写真と写真入れの間にお金をはさむ」（中1・さゆちゃん）という人も!

意外と楽しめちゃう! 0円オタ活

かわいくグッズ整理

ついつい増える推しグッズを飾ったり、整理する時間は至福のとき…。100均のワイヤーネットなどを使えば、壁に飾れる収納に♪

もし会えたら…って妄想♡

これが一番はかどるよね笑。「午前0時、キスしに来てよ」など芸能人と恋するマンガを読むのも◎

おうちライブ!!

部屋を暗くして、ペンライトを持って、DVDを爆音再生!!「YouTubeの立体音響ならよりライブ気分に」（中3・チョコちゃん）

ダンス完コピ

イェーイ!!

ネットで探せば反転&低速動画もたくさん出てるから、ダンス苦手なコでも覚えられるよ。ちなみにダイエットにも最高。

夢に推しが出ることを祈って寝る…

お願い!!

寝る直前まで強い気持ちで推しのことを考えてたら、たまーに夢に出てくる!　そのチャンスにかけて、おやすみなさい☆

誕プレも推し関連のものをリクエスト!

「クッションは友達からのプレゼント!」（中2・リヴァイloveちゃん）誕プレくれる友達には、推し関連のものが欲しいというのも手。

歌詞を暗記

君と〜♪

いつライブに行ってもOKなように、歌詞とコール&レスポンスを今のうちに完全暗記!!

家族がハマらなくても… 推しのために節約生活!!

テスト「●●点以上」でおねだり♡

100点!!

「●●点以上とったら¥1000ちょうだい」と言うよりも「CD買って」と言うほうが成功しやすい!

K-POPアイドルなら「もうすぐ兵役なの…」と泣く

韓国ドラマにハマったことあるお母さんなら、この気持ちをわかってくれるはず!

「ライブでかわいく見せたい♡」と買い食いしない!

あっちからも見られてるもん!　買い食いやめたらダイエットにもなって一石二鳥!!

手作りグッズを売りつける

買って!

キーホルダーやカードなど、お母さんや姉妹の推しのかわいいグッズを自作→売っておこづかいに。

オタ活資金、どうやって作る?

一番のオススメは… 家族を引き込む!!

成功すると…

- ☆ファンクラブ代を出してもらえる
- ☆コンサート代も出してもらえるし、当選確率UP!
- ☆グッズ交換できる
- ☆家族の会話が増える

カナミもお母さん・お姉ちゃんとやってる!



意外と多かった意見がコレ。お母さんやお姉ちゃんなど家族も推しのファンにしちゃえば、オタ活にお金がかかることもわかってもらえる…!!

♥School♥

#学校でも推しが尊い

昨日Mステ見たー!?

めっちゃカッコよかった♥

学校オタ活、こんなことしてます♥

同じ推しがいないかチェックするが同担拒否が怖い…

あのキーホ…話しかけたい!

登下校中、グッズをつけてるコを発見すると、他クラスや先輩後輩でも話しかけたい衝動に…。でも話しかけられないジレンマ。

ノートに推しキャラ描いてモチベUP♥

推しのキャラやイラストをノートのポイントとなるところに書けば、もう忘れられない♥

未来実ちゃん…

教科書に推しの漢字見つけると丸つける

ZOOM

いやいや、めっちゃ細かい作業じゃん! 「横浜流星くんが好きだから、社会の授業で横浜市と出てくると反応しちゃう」(中3・ラムちゃん) というコも。

授業中はずっと推しのことを考える(ノート真っ白)

ちょっとー!! 授業中推しのことを考えてるニコ㊙、多すぎです! 逆に先生を推しと思えば、授業も楽しくなるのでは…?

授業中寝ぼけて推しの名前を叫ぶ…

「推しのことばっかり考えすぎてうっかり♥」(中2・さやちゃん) 授業中はお静かに!

ガタッ

○○ちゃーん!!!

昼の放送で推しの曲を流す!

これをやるために放送委員会に入った人、いるのでは? もしくは放送委員のコと仲良くしておくと流してくれる可能性大!

オタ活は誰とやってる?

学校の友達	41%
1人	27%
家族	15%
SNSの友達	11%
他校の友達	4%
その他	2%

学校でファンということを

公言している	68%
してない	32%

推しに何かあると学校休む…

「大好きなアニメの推しが死んだ」「グループ解散」…。もう生きる気力も出ません。学校なんて行けません…。

プレゼンの授業は推し紹介!!

英語など、自由プレゼンのコーナーではここぞとばかりに推しの魅力をアピール! 仲間を探すきっかけにも。

バサッ!!

手紙交換で推しのイイところを語る!

ただしゃべるより、文字に書くほうが愛が伝わる!? 推し事用交換ノートをやっているコも!

ええー…

どのコー!?

「どのコがかわいいと思う!?」と推しを布教!!

推しグループを知らないコに聞いて好みをリサーチ。自分と同じ推しを指したら、さぁ布教タイムの始まりです☆

推し仲間がいてよかったこと!

- 3位 グッズ交換やオススメを教えてくれる!
- 2位 話題で盛り上がれる!
- 1位 一緒にイベントに行ける!

ボールを推しに見立てて落とさない!!

「体育の授業でボールが推しの色だったときに『●●くんを落とさない!』という気持ちでやってます」(中3・のんのんちゃん)

ハァァァァァァ!!

推しのモノマネ!!

キュン

しゃべり方、キメポーズ、歌い方など、マスターできれば推し仲間内でウケよし。練習中はちょっと恥ずかしいけど笑

持ち物を推しカラーでそろえる

ピンク!!

文房具、ポーチ、ミラーなど、推しカラーでそろえればいつでも推しと一緒の気分♥ 統一感あっておしゃれにも見える。

学校イベでも推し命

体育祭ではライブタオルで!!

坂道系アイドルだと名前の入ったタオルがあったりして、推しがひと目でわかる♥ 汗ふくにはもったいないけど…。

修旅にグッズ持ってって記念撮影♥

推しと旅行した気分を味わいたい!! ぬいぐるみキーホと各地の名所を入れる人が多いよ。

自分だけの… #推しDIY

クリア推しペンケース

材料 100均のメッシュポーチ・推しの写真・ステッカー

♥作り方♥ 前のクリアポケットの中に、お好みで推しの写真やステッカーを貼るだけ。

消しゴムケース

材料 消しゴム・推しの写真

♥作り方♥ ①推しの写真を消しゴムに巻きつけ、折り目をつける②消しゴムに合わせて写真を切る。このとき、のりしろを残しておいてね!③のり付けして消しゴムカバーの形にしたあと、四すみを逆三角形に小さく切り取れば完成!

推しドクグリ

材料 ドクターグリップ・推しの写真

♥作り方♥ ドクグリの軸を回して開き、透明なカバー部分の中に推しの写真を入れる。細かい配置などはピンセットがあるとキレイにできるよ!

透明トレカ

材料 100均のラミネートフィルム、推しの写真

♥作り方♥ ①ラミネートの裏の薄いフィルムをはがし、推しの写真をしっかり貼る②水に浸しながら、推しの写真を裏から優しくこすって紙をはがしていく③紙がはがれきってつるつるになったら、さっきはがしたフィルムを裏に貼って完成!

サンリオの推し事グッズがかわいい♥

銀テホルダー(マイメロディ・クロミ)

ライブでゲットした銀テープを差し込めば、かわいいキーホルダーに変身!! 各¥550/サンリオ

缶バッジカバー(リトルツインスターズ ララ)

缶バッジがキャラクターのフードをかぶっているように見える超かわデザイン♥(3枚入り) ¥605/サンリオ

うちわケース(シナモロール)

うちわを保護しつつ、さらにかわいく♪ フックつきで壁に飾れるのが嬉しい! ¥880/サンリオ

#恋愛でも推ししか勝たん

ネガティブ派

聞こえないー

オレの方が○○ちゃんスキだい!

クラスの男子など眼中にない!!

大半の意見がコレ。「ライブで推しを見すぎて、翌日クラスの男子が灰色に見えた」(中1・ゆるこちゃん)

女のコの推しに対して「俺の方が好き」アピしてくるやつ嫌い

男のくせに女にマウンティングするな! 「お前が●●ちゃんとつり合うわけないだろ」と心の中で呪っておきましょう。

推しが好きすぎて男子が怖い…

キラキラな推しと違って、現実の男子はうるさいし、乱暴だし…。本当に同じ人種?と疑いたくなるよね…。

彼氏できない → 推し見る → 現実見る → 萎える

「この無限ループから抜け出せない」(中3・KTちゃん) フツーの男子と推しを比べること自体間違ってるから!

そもそも次元は超えられない♥

彼が画面から出てこない全国のみなさーん! そろそろこっちの次元に戻ってきてくださーい!!

彼は王子様♥

顔カッコよくても推しと中身が違うと引いちゃう…

イケメンだったとしても、下ネタばっかり言ってたり、ガサツだったり…。それなら外見似てなくても内面が推し似のほうがいい…かも?

ポジティブ派

鼻が一緒!

Only!! Nose

共通点見つかると好きになる♥

今まで何とも思ってなかったクラスの男子…よく見ると、あれ? 鼻だけ推しと一緒…? ハイ、それが恋の始まりです。

共感してくれる人はイイ人!

男の推しでも「あの人かっこいいよね!」とか言ってくれる人は合格♥ 恋に発展するかはわからないけど(笑)。

推し事許してくれる人となら付き合える!

デートよりライブ、おこづかいは推しに消える…それでもいーですか? むしろオタ同士カップルならアリ?

推しは推し、彼氏は彼氏。

彼氏がいるオタ女子はこれをわかってる! 「推しは彼氏にはならない」この現実を受け入れた人からリア充になれるのです。

ギャハハ

ヤメロヨ~

コウショウくんと違いすぎる…

全集中、置いていかれない勉強の呼吸！

鬼滅のテスト勉強法

Photo/Fujii Daisuke Stylist/Yamashita Arisa
Hair&Make/Yoshida Miyuki[B★Side]
Models/Machida Erina,Nozaki Nana,Hirose Manoka,
Minato Koharu,Tanaka Minami
Text/Akatsuka Kaede Design/AQCUA
※クレジットのないものは、全て私物です。

入学や、学年が上がると急に難しくなる勉強…。「まわりも同じだよね？」と油断して受けたら最悪な結果のテスト…。な、事態にならないように、あのキャラたちがニコ㊦のテスト勉を手助けします！　全集中で倒せ、テスト勉強の鬼！



勉強置いていかれた…
テスト勉強の鬼話



スタートダッシュに遅れても、まだ大丈夫！　先パイの失敗話＆改善法をチェックしよう☆



数学は一度つまずくとわからない部分がどこかさえわからなくなる！

→文章問題や苦手なものから取り組むようにした！

できない問題を後回しにすると、時間がなくて結局やらずに終わってしまうので要注意！　嫌なものは先に終わらせる気合いが大事！



昔から英会話を習っている友だちなどに教えてもらって成績アップ☆　聞くのが恥ずかしくても、聞かずにわからないままの方がもっと恥ずかしいよ！

英語でできない部分があり、友だちとの差や自分のテストの点の低さに気づいた！

→英語が得意なコに教えてもらった！



授業中にわからない部分をチェック。直後に先生に聞いて解決しとけば、家で困らない！後回しにするとわからないが倍増するよ！

数学や理科は一度予習を忘れるとわからない部分が増えていく。

→授業後に先生に聞き、予習した！

テスト前に提出物に追われてテスト範囲がわからなくなった。

→提出物を早めにやることを意識！



提出物をためこまずに、テスト前はテスト勉強にだけ集中できる環境作りも大切だよ♪　これができると成績もグンと上がる！



最初のテストの点がみんなより低すぎて焦った！

→初めてだからしょうがないよねとポジティブに考えた…。

ポジティブに考えるだけはNG！　初めてだけどできているコはできてる件！　次もできないと友だちとの差は大きく広がっちゃう…。

数学は初回から置いていかれてわからなくなってしまった…。

→今もわからないが続いてる…汗



わからない部分をわからないままにしないことが大事。今なら、復習量も少なくて済む！　まだ間に合うから頑張るんだー!!

理科が難しい単元に入り、わからなくて放心状態になった。

→好きな歌を聞いてやる気UP！



やる気がアップするのはいいけど、ちゃんと集中できないと意味なし！　クラシックとか歌詞のない曲の方が集中力アップするらし～。



中3・広瀬まのか（マノカ）

中2・田中南（ミナミ）

ミナミ☆古着のはおり¥3190、古着の着物¥3190、ユーズドの帯¥3190、帯揚げ¥2090、帯締め¥2090　すべて原宿シカゴ 原宿店

どうしても頑張れないとき…
勉強のモチベUP文具編

勉強グッズをうまく活用するのも、学力を上げるための術。今人気のアイテムはコレッ！



T-587 ラーニングタイマー

カウントダウン設定付きのタイマーで、テスト勉強時間を管理!!　しかも色もかわいくて映える♥　¥1540／ドリテック

スマ単 6行タイプ

単語をノートに書いて、アプリで読み込むと、スマホが単語帳に！　ハイテクすぎる勉強グッズ！　¥495／ぺんてる



キャンパス スタディプランナー（ノート）

かわいさよりも便利さ重視で役立つことがモチベアップに♪

テスト前や受験勉強などのスケジュール管理に役立つノートだよ！　やる気アップや達成感につながるね！　デイリー罫A5サイズ ¥308／コクヨ



追い上げるなら今がチャンスでしょ！

初期のテストで遅れないために、日々の努力が必要不可欠！
普段の授業からテストを見据えて準備しておこう！

教科別、テスト勉強の呼吸で修業だー!!

数学の呼吸

やりこみが大事！

数学の鬼ポイント

公式を覚え、ワークをこなして…。やればやるほど成果が出る数学は、どれだけやり込むかが勝負になるよ！

壱ノ型 ワーク数周こなし

ワークは繰り返し解くことで、最初はできなかった問題も、できるようになってくるよ！

もくもく

弐ノ型 最低限公式暗記

公式さえ覚えてしまえば、あとはそれに数字を当てはめていけばいいだけなので楽勝☆

OK!!

参ノ型 計算式残し

どこまで解いたか、どこで間違えたのかをチェックするためにも、解いた計算式は消さないで！

By シズクノート

国語の呼吸

漢字は記憶勝負！

国語の鬼ポイント

文章問題は読解力勝負だけど、漢字のような暗記科目要素もある国語。両者をバランスよくきたえるのが突破のコツ！

うでが〜

壱ノ型 漢字永遠練習

漢字を暗記する一番の近道は、とにかく書きまくること！ ひたすら書いて、覚えよう！

はいはい、なるほどね〜

弐ノ型 読書読解力向上

文章問題は短時間にどれだけ読解できるかが重要。普段から読書をして読み込める力を！

自己流問題

よしっ、できた！

参ノ型 自己流問題作成

オリジナルテストを作って、どんな問題がでるか予想！ 過去問があれば解いてみるのも手だね♪

社会の呼吸

とにかく覚えまくれ！

社会の鬼ポイント

社会の基本は、暗記！ 年号、背景、国名…それぞれをどう正確に覚えていくかが、好成績をとるために大切なことだね！

悲しい歴史がある人なんだなぁ…

壱ノ型 歴史人物理解

歴史にはストーリーがある！ その物語を理解することで、いろんなことが覚えやすくなる！

なくよウグイス 平安京 794年

弐ノ型 年号語呂記憶

数字は覚えにくいので、語呂合わせで覚えるとすんなり頭の中に入ってくるからオススメ！

参ノ型 自己流歌暗記

自分で歴史を覚えるための歌を作っちゃう!? 好きな曲の替え歌だと、さらにやる気アップ！

ココはイギリス！

肆ノ型 国名発声確認

声に出すとより暗記しやすいって言うよね。世界地図と照らし合わせながら、国名を発声！

伍ノ型 赤シート活用

暗記したい単語はオレンジペンでノートに書こう！ 授業後は、赤シートを利用して♪

By マノカノート



理科の呼吸

あきらめないで！

理科の鬼ポイント

どれだけ上手く暗記ができるようになるかが高得点の鍵！ いろんな手段を使って、効率よく暗記しちゃおう！

とある男が授業をしてみた
【理科】中2-1 炭酸水素ナトリウムを熱する実験（撮り直ししました）

中2理科

勉強動画を3000本以上投稿する、日本一の教育YouTuber・葉一（はいち）さんのチャンネル！ 他の教科もたくさんの動画があるから、自分に合った動画で勉強をすればバッチリ♥

わかりやすー!!

壱ノ型 理科動画視聴

実験は、実際に見ると理解しやすい。YouTubeをはじめ、無料で見られる勉強動画もたくさん！

とにかく書く！

弐ノ型 オレンジペン乱用

覚えたい単語にマーカーを引いたりオレンジペンで書いて、暗記シートで隠して勉強するコが多数！

By ミナミノート

バッチリ！

参ノ型 図はていねいに！

授業中、図は丁寧に写しておくほど、見返したときにちゃんと復習ができるから勉強しやすいよ。

肆ノ型 単語色分け

図や記号など、理科の暗記項目はかなり細かいから、色分けするとノートもまとめやすい！

英語の呼吸

一夜漬けはNG！

英語の鬼ポイント

まずは、単語をどれだけ暗記できるかが最重要！ それ以外にも文法作成や英文読解など難関も盛りだくさん！

I will….

壱ノ型 文法例文作成

実際に例文を作成することで、文法がより理解できるようになるから実践してみてね！

弐ノ型 英文大量書き

とにかく英語にふれるため、たくさん英文や単語を書きまくると気づいたら手が勝手に覚えてる…なんてこともw

By コハルノート

Apple
Bakery
Cat
Dog

参ノ型 単語丸暗記

単語帳を活用したり、ひたすらノートに書いて、単語を覚えよう！ とにかく暗記だッ！

Overflow
=オーバー風呂!?

肆ノ型 単語語呂記憶

英語が頭に入ってこない〜ってコは、日本語の語呂合わせで覚えちゃうのも手だね！

タメ大特集

今知りたいエンタメ情報をお届け！
ニコチャン nicola♥channel スペシャル

おうち時間がたっぷりある今だからこそ、有効に使いたい♥ 学校へ行けないニコ㋲たちは、おうち時間をエンタメで充実させてるらしい。ニコ㋲のオススメ作品を要チェック！

Text/Akatsuka Kaede Design/Amano Momoka[ma-h gra]

動画

月とオオカミちゃんには騙されない



コレ見とかなきゃ、話題に乗り遅れるレベル！

好きなフリをする嘘つき"オオカミちゃん"が紛れこむ中、真実の恋を探す男女を追う恋愛番組。

毎シリーズどんな展開になるのか楽しみ！ いろんな場面でドキドキするのが大好きなんです。（エリナ）

YouTube

nanako ななこ



メイク動画を見たいならこのチャンネル!!

メイクのHOW TO動画と、キュートな岐阜弁が女子中高生に大人気の女子大生YouTuber！

ななこちゃんの動画をキッカケにメイク好きになった！ 初心者でもわかりやすい動画だよ！（ミナミ）

エミリンチャンネル



見ると笑顔になれるハイテンション動画！

なめらかな滑舌とスピード感あふれる編集が特徴の、大人気"女性お笑いクリエイター"！

自分をさらけ出しているところや、常にぶっ飛んでいるところが最高！ 爆食い動画大好き！（マホ）

ベイビーチャンネル



ニコラTVともコラボ！ JC YouTuber！

どんな動画でも全力で素を出してくれるのがおもしろい！ 見てて楽しくなっちゃうよ！

アンちゃんとリョウくんの姉弟が、好きなものやことを全力で発信してくれる等身大のチャンネル！（ワカナ）

虫眼鏡の放送部



聞きやすい声とトーク力で大人気！

6人組動画クリエイター・東海オンエアのメンバーである虫眼鏡さんの個人チャンネル。

毎回1時間くらいのラジオ動画だから、いつも勉強をしながら聞いてるよ！（セナ）

くれいじーまぐねっと



3人の個性が大爆発！ 一度見たらくれまぐ中毒♥

SNS総フォロワー数170万超え！ 個性派ぞろいの"期限切れJK"3人組ユーチューバー。

「かわいいな〜」と思って動画を見てみたら、すっごい爆笑しちゃってそれからどハマリ！（ハルカ）

ヴァンゆんチャンネル



2人の距離感にドキドキ！ 美男美女チャンネル

"仲はいいけどカップルじゃない"2人の、モニタリングやドッキリ企画動画が大人気！

大食い企画が好き！ プロ意識も尊敬できて、本当にステキだなと思いながら見てます！（クルミ）

音楽♪

ヨルシカ

顔出しをしない個性的な活動スタイルなのに、MV総再生回数3億回超え突破のシンガー。最新作「花と亡霊」配信中！



独特の物語世界にハマる！ 男女2人組ロックバンド

オススメは…

【だから僕は音楽を辞めた】
うったえかけてくるような歌詞がとても魅力的で、聴いていると歌いたくなるような曲！（ミナミ）

ちゃんみな



おしゃれでカッコイイあこがれ女性ラッパー！

日本語、韓国語、英語を操るトリリンガルラッパーでシンガー。ダンスにも注目してね！

オススメは…

【LADY】
マホの影響で聴くように。LADYは曲調もMVのフンイキもおしゃれな曲でお気に入り！（マナ）

ずっと真夜中でいいのに。



一度聴くと忘れられない世界観にハマるコ続出！

通称"ずとまよ"。メンバー編成など正式な素性がほぼ明かされていないアーティスト。

オススメは…

【ヒューマノイド】
ボーカルのACAねちゃんの力強い美声も素晴らしく魅力的で、全部がおしゃれ！（マノカ）

Official髭男dism（オフィシャルヒゲダンディズム）



ハヤリ曲がいっぱいの国民的大人気バンド！

全世代に響くサウンドを武器に話題を集めている4ピースバンド！ 通称"ヒゲダン"。

オススメは…

【イエスタデイ】
何回もリピしたくなる曲ばかりです！ 部屋で一人でいる時に聴くのがお気に入り♪（エリナ）

オススメは…

【I LOVE...】
ドラマ"恋つづ"を見ていてハマった！ とにかくキュンキュンしてヤバイです♥（リミ）

本

か「」く「」し「」ご「」と「

クラスメイト5人の「かくしごと」が照らし出す、お互いへのもどかしい想い。『君の膵臓をたべたい』の著者が贈る、待望の青春小説。

もどかしい青春話に共感するコが続出！



登場人物5人それぞれの視点で物語が進んでいくのがおもしろい！ 青春感たっぷり！（カノン）

住野よる 著／新潮社

月曜断食ビジュアルBOOK



月曜日食べない方法で簡単にやせられる⁉

月曜日に断食し、水だけで過ごすというシンプルなダイエット方法を紹介。この方法で、やせられたって声が続出してるんだとか！

今まで読んだダイエット本で一番効果が！ 1ヶ月だけで効果が出たし、簡単だったよ♪（カナミ）

関口賢著 料理監修・リュウジ／文藝春秋刊

天久鷹央の推理カルテ（あめくたかお）



医療×ミステリー 読み応えバツグン！

「診断困難」と判断された患者が集められる統括診断部で、天才女医・天久鷹央が事件を解き明かす新感覚メディカルミステリー。

事件はもちろん、ストーリーがとてもおもしくて読みやすいからすぐ読み終わっちゃう！（マノカ）

知念実希人 著／新潮文庫nex

高校入試



容疑者は誰なのか…⁉ ミステリー小説！

高校入試を舞台に、次々と事件が起こる。誰が嘘をついている？ 入試にかかわる全員が容疑者？ 人間の本性をえぐり出すミステリー小説。

湊かなえ／著 KADOKAWA／角川文庫

とにかくおもしろくて先が気になっちゃう、読み出したら止まらないミステリー作品！（エリナ）

「泣いちゃいそうだよ」シリーズ



自分に似たヒロインを探すのも楽しいんだ♪

友だち、進路、恋…女のコの毎日の「泣いちゃいそう」なことがテーマで、共感度120%。いろんなヒロインが出るシリーズで楽しい！

小林深雪／著 牧村久実／絵 講談社／青い鳥文庫

主人公が中学生だから、リアルな悩みとか共感できるところがたくさんあるの！（シズク）

すべてはウチらの頭の中に

"自分が好きになる"名言連発のエッセイ！



友だち系ユーチューバー・そわんわんのエッセイ。「頭の中次第で明日なんていくらでも変わる」をテーマにポジティブな内容で元気出る！

©そわんわん／KADOKAWA

そわんわんさんのポジティブな言葉に勇気づけられる！ 本を読み慣れてなくてもオススメ！（ハルカ）

おうち時間を楽しく過ごそう！

今こそ見たい！ 聴きたい！ 読みたい！

ニコ㋲推し！おうちエン


高1 若林真帆（マホ）
高1 小林花南（カナミ）

映画

アニメもいいけど実写版も最高だよ★



アラジン

ディズニーデラックスで配信中

©2020 Disney

世代を超えて愛され続ける作品が大スケールで実写映画化。胸躍る"冒険とアクション"&身分を超えた"真実の愛"を描いた究極のエンターテインメントは、何度観ても感動～♥

映像も物語も最後まで目が離せなくて、大好き！ アラジンとジーニーの友情に感動した！（メアリ）

外の世界で大冒険するウッディたちが新鮮！

トイ・ストーリー4



おもちゃたちの新たな持ち主・ボニーの手作りおもちゃ・フォーキーも登場。ウッディたちが、今まで見たことのない外の世界を大冒険！

「トイ・ストーリー4」MovieNEX 発売中／デジタル配信中 ©2020 Disney/Pixar 発売／ウォルト・ディズニー・ジャパン

おもちゃが話したり動いたりする世界観がかわいくて、何度見てもあきない大好きな映画！（シズク）

大ブームを巻き起こした胸キュンをもう一度♥

ひるなかの流星



生徒×教師×同級生によるピュアで切ない三角関係が、空前の大ブームに。恋の教科書ともいえる名セリフの数々に、胸キュン間違いナシだよ♥

「ひるなかの流星」 発売元：フジテレビジョン 販売元：ポニーキャニオン 価格：DVD ¥4180、Blu-ray ¥5280 ©2017 フジテレビジョン 東宝 集英社 ©やまもり三香／集英社

永野芽郁さんはかわいいし、三浦翔平さんと白濱亜嵐さんはカッコよくて、とにかくキュンキュン♥（カホ）

ちはやふる

青春映画が観たいなら"ちはや"に決定！

全3作の大ヒット映画は、"競技かるた"を題材に、多くの人々が感動できる青春映画の金字塔になった！ 出演キャストも超豪華だよね～！

様々な気持ちが映画につまっていて、好きなシーンがいっぱい。2作目の下の句がお気に入り！（ナナ）



「ちはやふる－結び－」Blu-ray & DVD レンタル中 発売・販売元：東宝 ©2018 映画「ちはやふる」製作委員会 ©末次由紀／講談社





「ちはやふる－上の句－」「ちはやふる－下の句－」Blu-ray&DVD レンタル中 発売・販売元：東宝 ©2016 映画「ちはやふる」製作委員会 ©末次由紀／講談社

劇場版初の海外渡航！ 舞台はシンガポール！

名探偵コナン 紺青の拳（こんじょうのフィスト）



海底に葬られた秘宝"紺青の拳"を巡る騒動に、コナンは宿敵・怪盗キッドとタッグを組む！ 最強の空手家・京極真と園子の恋模様も見逃せない！

「劇場版 名探偵コナン 紺青の拳（フィスト）」好評レンタル中！ 発売元：小学館 販売元：東宝 ©2019 青山剛昌／名探偵コナン製作委員会

怪盗キッドとのコラボ作が大好き！ 他にも「純黒の悪夢（ナイトメア）」がオススメだよ！（コハル）

アプリ

ⓘⒶ無料 ※アプリ内課金あり

Gohobee（ゴホービ） 女子の腹筋アプリ

おうちでできる腹筋運動を、楽しく続けるためのサポートをしてくれる美容系アプリ♥





腹筋継続アプリで夏に向けて、やせよ！

かわいい猫が応援してくれるし、スゴロク式で毎日やる度に進んでいくから達成感がある！（セナ）

HARUHARU（ハルハル）



韓国っぽ女子向けWEBマガジン。オルチャンの最新メイクやファッション情報が満載だよ！

韓国の最新おしゃれ情報を知るならコレ★



韓国好きの女のコにぴったりなアプリ。美容、ファッション、食べ物などの韓国最新情報が知れるよ♥（アム）

RB対戦

対戦型ミニゲームが10種類も楽しめる！



短時間で遊べる対戦型ミニゲーム！ ゲームを通じてリアルなコミュニケーションを♪



提供元：キングソフト株式会社

お友だちと遊んでて、やることがなくなっちゃった時とかにもこのアプリを使ってる！（ココハ）

ナンバーパズル

1つのアプリで何個もゲームが出来るから暇つぶしに最適！ 頭の体操にもなるよ！（かとぅ）

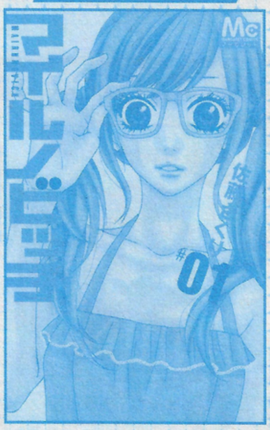
Spotify（スポティファイ）

音質がすごく良くて、自分でアルバムみたいなのを作れるから好きな曲全部入れられちゃう！（クルミ）

マンガ

マイルノビッチ

どブスだった女子の恋愛成功ストーリー♥



© 佐藤ざくり／集英社マーガレットコミックス

どブスだったまいるがある男子の一言で開眼！ かわいくなった主人公が、恋愛道をつきすすむサクセスストーリーで、恋愛で誰もがぶつかるシクジリに共感の声が続出してる！

シンデレラストーリーだけど、思っていた展開をイイ意味で裏切られて、やみつきに！（カナミ）

DAYS（デイズ）

高校サッカーが舞台の熱い青春に感動！

世界一感動するサッカー漫画。主人公・柄本つくしは、高校入学を控えた春休みに、風間陣に出会いフットサルに誘われる。名門高校のサッカー部に入部した2人は、過酷な練習にはげみ…。



© 安田剛士／講談社

父・姉・弟がサッカーが大好きで、つられて読んだらとってもおもしろかったよ！（カホ）

うそカノ

片思い中の男のコの"うそカノ"に…♥!?



© 林みかせ／白泉社

片思い相手の入谷くんが「彼女のふりをしてくれる人＝うそカノ」を探していて、主人公・すばるは立候補。"うそカノ"生活が始まる！

絵柄がかわいくて大好き！ 主人公たちが少し恋愛に不器用でピュアな感じにキュンキュン！（カノン）

古屋先生は杏ちゃんのモノ

何度読んでもあきなくて大好き。主人公が優しくて友だち想いだったり好感が持てる！（シズク）

ニコラ＋でコミックニコラも読めるよ！

ニコラ公式アプリで4つの胸キュンラブストーリーが読めるよ！ ぜひチェックしてね♪



ニコ㋲プロデュースコミックの続編が読める！

ハニーレモンソーダ

おうち時間でマンガにハマった！ 1話で主人公が心を開くところが大好きなシーン！（マナ）

今アプリで読んでる途中だけど、もうすでに最初から読みたくなってくるようなマンガ！（ココハ）

ニコラモデルオーディション 郵送 or ネット どっちで応募する？

ネット応募なら…

しめきりは **6/15（月）23:00**

1 まず左の応募用紙に記入。写真ははらなくてOK！

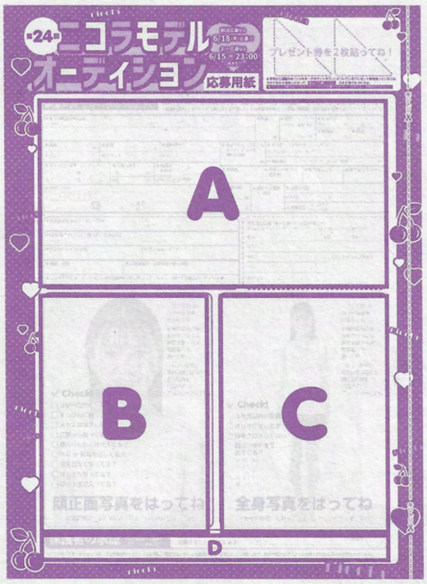
※4月号から連載中の「ニコ㋲オーデカウントダウン」のプレゼント券は、ネット応募では使えません。使いたいコは郵送で応募してね！

2 ニコラモデルオーディション特設サイトにアクセス！

右のQRコード、または下のURLから、第24回ニコラモデルオーディションの特設サイトにアクセスしてね！

https://www.nicola.jp/audition2020/

3 A～Dの4枚の写真をアップロードしてね！



A ▸ 応募者のプロフィールからすいせん者までの、応募用紙の上半分を撮った写真

B ▸ 応募者の顔写真

C ▸ 応募者の全身写真

この2枚はカメラやスマホなどで撮った写真のデータをそのままアップロードすればOK！

D ▸ 保護者の承認部分を撮った写真

※AとDは書いてある文字がハッキリ見えるように撮ってね。読めないと審査の対象にはならないよ。

※全体を1枚の写真に撮ったり、4枚以上送るのはNGだよ！ 上の説明を読んで、4枚の写真を送ってね。

※しめきりの時間ギリギリにアクセスが集中すると、サイトにつながらなかったり、アップロードができないことがあるよ。時間に余裕を持って応募してね。

アップロードできない場合は…

写真の容量が6MB以上だとアップロードできない場合があります。写真データの容量を軽くして、再度アップロードしてみてください。

4 記入した応募用紙は二次審査で必要なので、必ず保管しておいてね！

郵送応募なら…

しめきりは **6/18（木）必着！**

1 まずは左の応募用紙に記入。写真もはってね！

※4月号から連載中の「ニコ㋲オーデカウントダウン」のプレゼント券を集めているコは、それも2枚はってね。

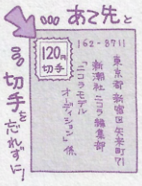
2 応募用紙を封筒に入れよう



写真が折れ曲がらなければ、封筒のサイズはなんでもOKだよ！

3 必ず切手をはって、あて先をしっかり書いてね。

封筒のサイズによって、切手の値段が違うので、きちんと確認してね。



定形封筒なら**84円**、
定形外封筒なら**120円**切手だよ！

送り先

〒162-8711
東京都新宿区矢来町71　新潮社 ニコラ編集部
『ニコラモデルオーディション』係



4 早めにポストへ！

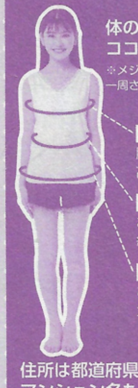
料金不足などで封筒が戻ってくることもあるので、早めに送ろうね！

注意！ プレゼント券が使えるのは郵送応募だけ!!

4月号から連載中の「ニコ㋲オーデカウントダウン」のプレゼント券が使えるのは、郵送で応募した場合のみだよ！ 使いたいコはプレゼント券2枚分を応募用紙にはって、郵送で送ってね。もちろん、プレゼント券がなくてもオーディションに応募できるよ！ 合否にも一切関係はありません!!

それぞれの応募方法はわかったかな？　まずは応募用紙に記入!!

応募用紙の書きかたポイント



体のサイズはココを測ってね！
※メジャーを体に一周させて測るよ。

バスト 胸の一番高いところ
ウエスト おなかの一番細いところ
ヒップ おしりの一番大きいところ

住所は都道府県名やマンション名もしっかり書いてね！
合格して審査についてのお手紙を送るときに、正しい住所が書かれていないと届かないよ！

“芸能事務所への所属歴やお仕事歴”の項目は、ないコは書かなくてOK！
芸能のお仕事をしたことがないコがほとんどなので、ムリに書く必要はないよ♥

保護者の方のサイン＆印かんを必ずもらってね！
せっかく合格しても、保護者のサインや印かんがないコには連絡できません。筆跡をマネして書いてもわかっちゃうから、きちんと保護者の許可をとろう。

ネット応募のコはこれも注意！

★字が切れている



応募用紙に書いた字が切れていると審査できないよ。必ず、切れている文字がないか確認してね。

★写真が暗い



暗いと何が書いてあるかわからないよ。必ず明るい場所で撮って、文字が読めるか確認してね。

★字がうすくて読めない



うすいシャーペンやペンで書くと、写真に撮ると読めなくなっちゃうことも…。黒く濃いシャーペンやペンで、はっきりと書いてね。

★ピンボケしていて読めない



写真を撮るときにピントが合っていなかったり、手を動かしてブレてしまうと、文字が読めないよ。写真の文字がはっきり読めるか確認しよう！

気をつけて 応募写真の撮りかたNG集

NG1 写真が暗い



←暗いと顔がよく見えないよ！ 明るい場所で撮ってね！ 顔にカゲをつくっちゃうから、帽子やメガネもはずしておこう。

NG2 自撮り



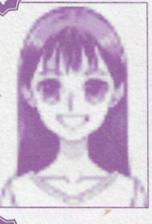
←顔～胸元まで入った正面からの写真でないと、全体像がわからないよ。誰かに真正面から撮ってもらってね。

NG3 ピンボケしてる



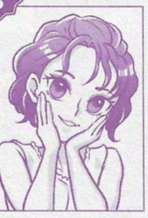
←写真を撮るときに、ピントが合っていないと顔がわかりづらいよ。何枚か撮って、キレイに写っているものを送ろう！

NG4 写真があらい



←お家のプリンターで写真を印刷すると、プリンターによっては写真があらくて見えづらくなるので気をつけて！

NG5 りんかくが見えてない



←りんかくを隠すとかわいく見えるけど、オーデの審査としてはNG。きちんと顔のりんかくが見えるように撮ってね。

NG6 プリシール



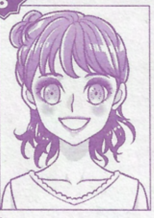
←プリシールやプリ画像も、本物の顔がわかりづらいのでNGだよ。きちんとカメラで撮影してね！

NG7 写真加工アプリ



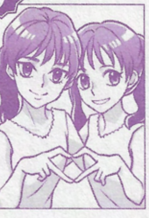
←アプリで加工したり、フィルターをかけて撮ったりするのもダメだよ。携帯で撮るなら、加工ナシで撮ってね！

NG8 メイク、カラコン



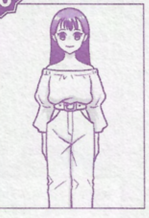
←メイクやカラコンをしていたり、ヘアアレをしすぎていたりするのも×。すっぴんで、ヘアアレも学校に行くときくらいのもので！

NG9 友だちと一緒



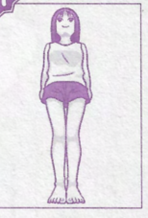
←集合写真や、友だちとの写真はどちらが応募者なのかすぐわからないし、顔やスタイルが見えづらいのでダメだよ！

NG10 体のラインが見えない



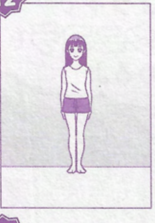
←スタイルがはっきりわからないと審査できないので、ピタッとしたノースリーブやTシャツ＆ショーパンがオススメ♥

NG11 下から撮りすぎない



←脚を長く見せようとして下から撮りすぎると、逆に体のバランスが変に見えちゃうし、顔がわかりづらいよ！

NG12 遠い



←顔や体がハッキリ見えづらいので、頭のてっぺんからつま先までが、写真にピッタリおさまるくらいで撮影してね。

NG13 3か月以上前の写真

応募用紙に使用する写真は必ず3か月以内に撮影した写真にしてね。古い写真だと、身長などが変わってしまったり、二次審査で印象が違うと判断されてしまうよ！

Photo/booro [BIEI] Stylist/Shimano Mayuko Hair&Make/Tsuzuki Hikari Model/ Tanaka Minami Illustration/Kimura Kotokoto Design/ Oi Harumi [ma-h gra]　※衣装は全て私物です。

第24回

ニコラモデルオーディション 応募用紙

郵送応募なら 6/18(木)必着!!
ネット応募なら 6/15(月)23:00 しめきり!!

プレゼント券を２枚貼ってね！

４月号から連載中の「ニコ㋲オーデカウントダウン」についているプレゼント券を持っているコは、そのうちの２枚を上にはって、郵送で応募してね！ どの２枚でもOKだよ。

★プレゼント券がなくてもオーディションに応募できます！ 合否には一切関係ありません!!

黒の濃いペンで、しっかりとていねいに記入してね。

郵送で応募する場合、この応募用紙を切り取って封筒に入れ、84円切手（定形封筒）か、120円切手（定形外封筒）をはって送ってね。ネット応募の場合は、右ページの応募方法をよく読んで、この応募用紙を撮った写真と顔写真・全身写真を特設サイトにアップロードしてね。

★モデル希望者の名前
フリガナ

★年齢 歳

★学年 ○をつけてね（小学校・中学校） 年

★生年月日 西暦 年 月 日

★血液型 型

★星座 座

★身長 cm

★体重 kg

★靴のサイズ cm

★バスト cm

★ウエスト cm

★ヒップ cm

★今までにニコラモデルオーディションを受けた回数 回

★メガネ・コンタクト ○をつけてね 使っていない・メガネ・コンタクト

★歯の矯正 していない・している（矯正終了時期 頃）

★きょうだい構成 ひとりっ子・兄（ 人）・姉（ 人）・弟（ 人）・妹（ 人）

★両親の身長 父親 cm 母親 cm

★両親の出身国 日本以外の場合は書いてね 父親 母親

★学校名

★部活やクラブや委員会

★好きなニコ㋲

★好きなブランド

★住所 フリガナ
〒□□□-□□□□
都道府県 区郡市

★最寄り駅 線 駅

★近くの主要駅 or 空港

★お家の電話 – –

★FAX – –

★携帯電話 ○をつけてね（自分・家族） – –

★最近気になるモノ・ヒト・コト

★SNSのアカウント（持っているコのみ）
ツイッター
インスタグラム

★好きなテレビ or 動画

★好きな本・マンガ・アニメ

★趣味・特技

★芸能事務所への所属歴やお仕事歴

★ニコラモデルオーディション以外で現在受けているオーディション、受ける予定のオーディション

すいせん者（自分で応募のコは記入不要です）
※特典が受けられるのは、10歳（小５）～15歳（中３）の女のコに限ります。

名前 年齢 学年

住所 〒 –

電話 – –

FAX – –

携帯電話 – –

モデル希望者との関係は？



※タテに撮ったカラー写真を用意してね

※郵送応募の場合、写真のウラには必ず名前・住所・電話番号を書いてね

※ネット応募の場合は顔正面写真と全身写真を特設サイトにアップロードしてね。

✔Check!
- □ 3か月以内の写真？
- □ すっぴんで撮ってる？
- □ メガネははずしてね！
- □ 正面から撮ってる？
- □ 顔のりんかくは見えてる？
- □ 片耳 or 両耳を出してる？
- □ 歯を見せて笑ってる？
- □ はっきり写ってる？
- □ 頭の上まで入ってる？

顔正面写真をはってね

※郵送の場合、とれないように上下しっかりとはってね！



※タテに撮ったカラー写真を用意してね

※郵送応募の場合、写真のウラには必ず名前・住所・電話番号を書いてね

※ネット応募の場合は全身写真と顔正面写真を特設サイトにアップロードしてね。

✔Check!
- □ 3か月以内の写真？
- □ はっきり写ってる？
- □ 脚をクロスしてない？
- □ 脚はつま先まで見えてる？
  - ✕ ロングボトム
  - ✕ くつした
  - ✕ ブーツ
  - ✕ タイツ
  - ✕ レギンス

全身写真をはってね

※郵送の場合、とれないように上下しっかりとはってね！

保護者の承認

（すいせんの場合でもモデル希望者の保護者の方のサインが必要です）

ニコラモデルオーディションに応募することを承認します

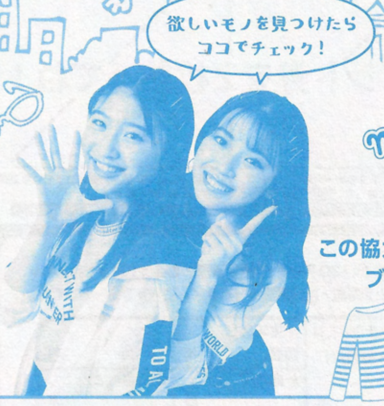
保護者の方のサイン

保護者印

※ニコラモデルオーディションは、厚生労働省のガイドラインに従い、新型コロナウイルス感染症の対策を講じた上で実施します。感染の拡大状況によっては中止または延期の可能性もございます。

※この応募用紙は第24回ニコラモデルオーディションのために、新潮社ニコラ編集部が作成したものです。アンケート内容である個人情報を、別の目的で使用したり、第三者に提供することはありません。

キリトリ✂



nicola 協力店リスト

ニコラに掲載してる商品でほしいアイテムがあったら、この協力店リストで該当するお店やブランド名を探して、直接問い合わせてみよう♪ ブランド名が見つからないときは、会社名で表記している場合があるのでかっこ内やほかの欄も探してみてね！

Photo/Fujii Daisuke Stylist/Yamashita Arisa Hair&Make/Tsuzuki Hikari Models/Wakabayashi Maho,Kobayashi Kanami Design/Ohashi Tomoko



高1・若林真帆（マホ）　高1・小林花南（カナミ）

ア

I-ne お客様コールセンター　0120-333-476
アリアズ　渋谷109店　03-3477-5044
石澤研究所　0120-49-1430
伊勢半　03-3262-3123
井田ラボラトリーズ　0120-44-1184
17kg　https://17kg.shop/
ヴァンズ ジャパン　03-3476-5624
ヴィークレア　03-6804-5033
WEGO　03-5784-5505
ヴォルカン&アフロダイティ 渋谷109店　03-3477-5072
H&Mカスタマーサービス　0120-866-201
ABC-MART　03-3476-5448
エチュード　0120-964-968
お世話や　https://www.osewaya.jp/

カ

貝印 お客様相談室　0120-016-410
花王　0120-165-692
Cupop School(セシール)　0120-70-8888
グランドエッジ 渋谷109店　03-3477-5081
クレアーズ原宿駅前店　03-5785-1605
グレイル　06-6532-2211　https://www.grail.bz/
コーセー　0120-526-311
コクヨお客様相談室　0120-201-594
コジット お客様相談室　06-6532-8140
CONOMi　03-6273-0225
コンバースインフォメーションセンター　0120-819-217

サ

サンキューマート　原宿竹下口店　03-3470-6539
sango 原宿2号店　03-6455-4635
サン・スマイル　03-6672-6480
サンリオ　03-3779-8148
G・F・C 原宿店　03-3478-7360
GUカスタマーセンター　0120-856-452
資生堂　0120-81-4710
シャルロット　03-3476-5699
砂山靴下　03-3692-0371
スピーガ 渋谷109店　03-3477-5076
スピンズ　0120-011-984
セザンヌ化粧品　0120-55-8515
ゼブラ お客様相談室　https://www.zebra.co.jp
セブンズ　03-6447-1373

タ

大正製薬お客様119番室　03-3985-1800
DAISO　https://www.daiso-sangyo.co.jp/
タビオ　03-6419-7676
W♥C(WEGO)　03-5784-5505
チュチュアンナ　0120-576-755
T&P 渋谷109店　03-3477-5175
ディズニーストア ゲストご相談室　0570-01-3932
トゥウィンクルピーエム　あべの店　06-6631-8787
トンボ鉛筆 お客様相談室　0120-834198

ナ

ナリス化粧品 お客様相談窓口　0120-32-4600
NiCORON 渋谷109　03-3477-5162
日本ホールマーク　https://www.hallmark.jp/
ヌオーヴォ　03-3476-5629

ハ

バーレスク　03-6804-5139
パイロットコーポレーション　お客様相談室　03-3538-3780
ハニーズ　0120-977-450
原宿シカゴ　原宿店　03-6427-5505
パリスキッズ 原宿本店　03-3423-3251
BCLお客様相談室　0120-303-820
ピンク ラテ(ワールド プレスインフォメーション)　03-6851-4604
フィッツコーポレーション　03-6892-1332
富士フイルム お客様コミュニケーションセンター　050-3786-1711
ベルシュカ・ジャパン カスタマーサービス　03-6415-8086
ぺんてる お客様相談室　0120-12-8133

マ

マジェスティックレゴン(シティーヒル)　0120-54-7180
Me%(アダストリアカスタマーサービス)　0120-601-162
ミシャジャパン　0120-348-154
三菱鉛筆 お客様相談室　0120-321433

ラ

ラブトキシック(ナルミヤ・インターナショナルお客様相談センター)　0120-985-080
リキュエム
LUNA EARTH(エンドレス)　0120-468-290
レキットベンキーザー・ジャパン　0120-079-991
レピピアルマリオ(アダストリアカスタマーサービス)　0120-601-162
ロート製薬 お客さま安心サポートデスク　06-6758-1230
ロマンティック スタンダード　03-3405-4562



問い合わせ方法



1 ほしい商品があったらクレジットをチェック



ほしい商品を見つけたら、アイテムクレジットでブランドやお店の名前をチェックしよう。協力店リストと照らし合わせて問い合わせ先を見つけてね。一部、ホームページが載っているところもあるよ。

ポーチ
¥○○○○/♡♡♡♡

2 電話をかけてみよう

\ Point /
できるだけ、おうちの人に☎してもらおう！



電話番号をきちんと確認したら電話をかけてみよう。「お忙しいところ失礼します」とあいさつをしてから話してね。ほしい商品を伝えたら、おうちの近くのお店を紹介してもらおう。近くにお店がない場合は、通販での購入が可能か聞いてみてね。

ニコラ○月号
○ページに載っている
♡♡♡♡のポーチが
ほしいです。

○○県○○市の
近くで
買えますか？

3 しっかりとメモを取ろう お礼を言うのも忘れずに



教えてもらうときはしっかりメモを取るように心がけよう。電話を切るときは「ありがとうございました」と必ずお礼を言ってね。

nicola 2020年6月号

プレゼント応募用紙&アンケート

楽しいニコラにするためにみんなにアンケートをお願いします♥ しっかり書くとプレゼントが当たる確率がUP! みんなの答えは特集でジャン×02採用するよ! 電話取材や撮影をお願いすることもアリ。ニコラに登場希望のコは、写真を入れてね! プレゼントに応募するだけでもOK。住所・電話番号・氏名を明記してね。

合計131名にプレゼント!

しめきりは5月15日(金)消印有効

あて先 〒162-8711 東京都新宿区矢来町71 新潮社 ニコラ編集部「アンケート⑥係」

今月のプレゼント

ほしいプレゼント欄にプレゼント番号を1つ書くか、○をつけてね! プレゼント番号は特集ページを見てね。何コでも応募できるよ。応募者多数の場合は抽選になります。

- **表紙** サイン入り表紙写真 1名 **ほしいコは○してね** [ ]
- **P32** トーンアップ日焼け止め 45名 **プレゼント番号1～17** プレゼント番号[ ]
- **P40** レピピ量産型女子アイテム 7名 **プレゼント番号1～7** プレゼント番号[ ]
- **P96** ダイソーグッズ 39名 **プレゼント番号1～39** プレゼント番号[ ]
- **P105** Hinaちゃんサイン入りチェキ 1名 **ほしいコは○してね** [ ]
- **P111** フェイスパウダー他 38名 **プレゼント番号A～J** プレゼント番号[ ]

フリガナ
氏名
ペンネーム(誌面に本名で出たくない人のみ)
生年月日 西暦 年 月 日 年齢( )才
部活 部
身長 cm
体重 kg
靴のサイズ cm
学年
学校名
住所 〒□□□-□□□□
フリガナ
都道府県 区市郡
TEL(市外局番) - -
FAX(市外局番) - -
自分の携帯電話番号 - -
携帯電話メールアドレス
パソコンメールアドレス

保護者の承認(誌面に登場したいコは必ず保護者の承認をもらって下さい)
ニコラ誌面に登場することを承認します
保護者の方のサイン
保護者印

●流行検索アンケート●

★今まわりでハヤってるモノ、コト、人は?

- ステーショナリー
- 言葉(書き文字でもOK)
- アクセサリー
- お菓子(商品名とメーカー名を書いてね)
- お笑い芸人
- テレビ番組
- ダイエット
- ブランド(ニコラに出てなくてもOK)
- ファッションアイテム
- アプリ
- キャラ
- YouTube

★お気に入りのプリを貼ってね! もしくはイラストを自由に描いてね!
※イラストは「生徒会の部屋」に載る可能性があるよ!

★好きなプリの機種は?
( )

★プリで書きたいフレーズは?

★プリ画ってどうしてる?

最近、学校で友だちとやってること教えて!

★今月気になったニュースは? □芸能 □スポーツ □政治 □事件 □その他
どんなニュース?
ニュースの感想・コメントをどーぞ!

6月号★ニコラアンケート

Q1 今月のニコラ、どうだった? その理由も教えてね。
1.よかった 2.よくなかった 3.ほかの雑誌のほうがよかった
理由:

Q2 目次を見て、今月の記事でよかった「特集ナンバー(黒丸の数字)」を5つ選んで○をしてね。ページ数とまちがえないよう注意してね!
1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26
27 28 29 30 31 32 33 34 35 36 37 38 39 40 41 42 43 44 45 46

Q3 同じく目次の「特集ナンバー」を見て、よくなかった記事を1つ以上選んで○をしてね。
1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26
27 28 29 30 31 32 33 34 35 36 37 38 39 40 41 42 43 44 45 46

Q4 今月号のふろく「レピピアルマリオ2wayキャンバストート」の感想を教えて!
□よかった(理由)
□よくなかった(理由)
□ほかの雑誌のほうがよかった(雑誌名)

Q5 今月号のニコラを買った理由は?
1.ふろくがよかった 2.表紙がかわいかった 3.気になる特集があった(特集名)
4.毎月買っているから 5.その他(理由)

Q6 いま買いたいものは何ですか? 具体的に書いてね。

Q7 今月号に載っている洋服の中で、自分が着てみたいコーディネイトはどれ?
(例 ○ページの右下写真の……) ※モデルではなく、コーディネイトで選んでね。

Q8 今月号に載っている洋服の中で、きらいなコーディネイトはどれ? (例 ○ページの右下写真の……)

Q9 今月号に載っているモデルの写真で、好きなヘア・メイクはどれ? (例 ○ページの右下写真の……)

Q10 今月号に載っているモデルの写真で、きらいなヘア・メイクはどれ? (例 ○ページの右下写真の……)

Q11 今月号に載っている雑貨や小物の中で、好きなモノはどれ? (例 ○ページの右下写真の……)

Q12 今月号の誌面に出てくる写真の中で、あなたが一番好きな写真はどれ?
(例 ○ページの右下にある2人組の写真)

Q13 好きなブランド(洋服&小物)を教えて。
洋服[ ] 小物[ ]

Q14 どういう服を着てみたいですか?

Q15 好きなコスメブランドは?

Q16 全ニコⓂの中で好きなコの名前を好きな順に3人まで書いてね。1人や2人だけでも大丈夫だよ。
※同じコの名前を何度も書くと無効になります。1位、2位、3位に1人ずつ、違うコの名前を書いてね。
1位[ ] 2位[ ] 3位[ ]

Q17 全メンⓂの中で好きなコの名前を書いてね。

Q18 今いちばん好きな芸能人・歌手の名前(男&女)を書いてね。
男[ ] 女[ ]

Q19 洋服はどこに(お店)だれと買いにいきますか?

Q20 よく読む雑誌を教えて。

Q21 ニコラへの要望や、やってほしいことを書いてね。

●あなたの記入してくれた個人情報は、わたしたち新潮社内での出版企画のための市場分析に使用します。新潮社の商品やサービスの情報をあなたに提供するために使用することもあります。
●また、記入してくれた情報をもとに、あなたの趣味や興味に合っていると思われる企業・団体の情報(例:新商品などの情報)やご案内をお送りする場合もあります。これらの案内を「送らないでほしい」と思うコは、右の□にチェックしてね。 「送らないでほしい」□

キリトリ線 ✂

 ※裏面も見てね!
※プレゼントは撮影で使用した商品やサンプルの場合がございます。あらかじめご了承ください。
※雑誌公正競争規約の定めにより、この懸賞に当選された方は、この号のほかの懸賞に入選できない場合があります。

nicola 2020年6月号 ニコラアンケート

⑥①～⑤で書いた以外に、おうち時間はどんなことをして過ごしてた？　詳しく教えてね。(例:どうぶつの森をずっとやってた、アマゾンプライムで鬼滅を一気に見た、など)

⑦休校中、友だちとはどうやって連絡を取ってた？　あてはまるものをすべて選んでね。

□LINE　□LINEの無料通話　□LINEのテレビ電話
□インスタのDM　□インスタライブ
□その他（　　　　）

●ニコ㋲への質問アンケート●

●●ちゃんのこんなことをもっと知りたい！　などのリクエストや質問があれば教えてね。推しコメントも大歓迎♪

☆かとぅ
☆カナミ
☆エリナ
☆マホ
☆マナ
☆ココハ
☆クルミ
☆カノン
☆ナナ
☆メアリ
☆ハルカ
☆マノカ
☆アム
☆コハル
☆シズク
☆セナ
☆ミナミ
☆ワカナ
☆リミ
☆カホ
☆ユラ
☆ユナ

●8月アンケート●

①去年の8月何をしてた？

②8月にやりたいことや、やる予定のものは？　学校行事・部活・プライベート、なんでもOK！　たくさん書いてね！

③8月1日に発売する、ニコラ9月号の一番大きな特集はどんなことをしてほしい？

④ニコラ誌面でニコ㋲がこんなことをやったらいいなと思うイベントを考えてね！

⑬ニコラのSNSについて教えてね。フォローしているアカウントをすべて選んでね。

□ニコラ公式instagram　□ニコラ公式twitter
□ニコラ公式tiktok

●ニコ㋲公式instagram（フォローしているコの名前にチェックを入れてね！）

□かとぅ　□カナミ　□エリナ　□マホ　□マナ　□ココハ
□クルミ　□カノン　□ナナ　□メアリ　□ハルカ　□マノカ
□アム　□コハル　□シズク　□セナ　□ミナミ　□ワカナ
□リミ

●メン㋲公式instagram（フォローしているコの名前にチェックを入れてね！）

□ユイト　□リュウタロウ　□レオン　□コウショウ　□ヨシト
□レン

⑭ニコラTV（YouTube）について教えてね。どのくらいの頻度で見る？

□更新されたらすべて見る　□ほかの動画を見るついでに気になったら見る　□どうしても暇なときの暇つぶしとして見る
□その他（　　　　）

⑮今まで見たニコラTVの動画で、一番面白かったものはどんな動画？（例:ニコ㋲の○○ちゃんの密着動画、○月号の表紙撮影のドッキリ、など）

⑯ニコラTVでやってほしい企画や、要望などがあれば自由に書いてね！

●おうち時間アンケート●

①おうち時間にダイエットは何かしていた？　してたコは、どんなことをしたか具体的に教えてね。

□した　□していない
〈どんなダイエットした？〉

②おうち時間が長いからこそできた、特別なスキンケアをしていたコは、どんなことをしたか教えてね！

③おうちで勉強するとき、集中力を保つために工夫していたことがあれば教えてね！

④おうち時間で、メイクやヘアアレの練習・研究をした？　したコは、具体的にどんな練習や研究をしたか教えてね。

□した　□していない
〈どんな練習・研究をしたか教えてね！〉

⑤おうち時間で、お菓子やドリンクを作ったりした？　作ったコは、何を作ったか教えてね。

□した　□していない
〈何を作ったか教えてね！〉
（　　　　）

●ニコ㊦アンケート●

①ニコラを買うときのことを教えてね！　お金を出すことが多いのは自分？　保護者？

□自分　□保護者
□その他（姉妹や友だちが買ったのを借りる、など）

②ニコラを買う頻度を教えてね！

□毎月　□ときどき（　　　）ヵ月に1回くらい

③ニコラを毎月買ってくれているコに質問！　毎月買いたいと思う理由を教えてね。（例:推しのニコ㋲（名前も書いてね！）がいるから、ニコ学を読みたいから、など）

④ニコラをときどき買ってくれているコに質問！　ニコラを買うかどうか、どうやって決めているか教えてね。また、ニコラを買わない月に買っている雑誌があったら教えてね。

〈どうやって決めてる？〉（例:ふろくがほしい時に買う、表紙に推し㋲（名前も書いてね！）がいたら買う、など）

〈ニコラを買わない月に買っている雑誌は？〉
（　　　　）

⑤学校のクラスの女子のうち、ニコラを買っているコはどれくらいいる？
（　　　　）

⑥ニコラの全体のイメージについて、あてはまるものをすべて選んでね。

□元気　□大人しい　□ギャル　□清楚　□可愛い
□イケてる　□カッコイイ　□面白い　□新しい
□大人っぽい　□子どもっぽい　□参考になる　□人気がある
□ページ数が多い　□ページ数が少ない　□値段が高い
□値段が安い　□モテそう
□その他（　　　　）

⑦ニコラのファッションページのイメージについて、あてはまるものをすべて選んでね。

□好きなブランドが多い　□まねしやすい
□コーディネイトが可愛い　□買いたくなる
□その他（　　　　）

⑧ニコラのメイクやスキンケアページのイメージについて、あてはまるものをすべて選んでね。

□参考になる　□まねしやすい　□ページが多い
□紹介されているコスメなどを買いたくなる
□その他（　　　　）

⑨ニコラの白黒ページのイメージについて、あてはまるものをすべて選んでね。

□面白い　□参考になる　□読みたい　□内容がむずかしい
□その他（　　　　）

⑩ニコラのふろくについて教えてね。今までに自分が買ったニコラのふろくの中で、いちばん気に入っているものはどれ？　また、その理由も教えてね。（例:2020年1月号のコスメパレット、2020年5月号のカレンダー、など）

〈いちばんお気に入りのふろく〉
（　　　　）
〈理由〉

⑪ニコラのふろくは、どんなときに使えるものだと嬉しい？

□学校で使えるもの　□お出かけのときに使えるもの
□お家で使えるもの
□その他（　　　　）

⑫ほかの雑誌を、ふろくが欲しくて買ったことはある？　買った雑誌の名前と、欲しいと思ったふろくがどんなものだったか詳しく教えてね。（レピピのトートバッグ、などブランドとものがわかりやすいように書いてね！）

雑誌名（　　　　）　20（　）年（　）月号
どんなふろく？

キリトリ線

黒板の字、
見られてますよー!!

男子モテ字と

Photo/Fujii Daisuke(コハル、ユイト、ヨシト),
Tsutsumi Hiroyuki(カナミ),Masumot Kohji(stills)
Hair&Make/Akagawa Megumi
(カナミ、ユイト、ヨシト),Yoshida Miyuki[B★side](コハル)
Models/Kobayashi Kanami,Minato Koharu,
Obara Yuito,Noguchi Yoshito
Illustration/Nishino Apollo
Design/Oi Harumi,Miyazaki Airi [ma-h gra]
※クレジットのないものは私物です。



男子が好きなキレーな字を書くコツが知りたーい!!! 実は男子にこっそり字をチェックされてたなんて!!! テスト前だからノートを回収されたりいつも通りの日… 先生に当てられて黒板書いたり…

メン㊉に聞いた！女子の字が気になる瞬間 1位

黒板の文字



ニコ㊉が教える！ 黒板をキレイに書くコツ！

＼クルミ発／
チョークをナナメに持つ
まっすぐではなくちょっとナナメにして持つと、グラグラせず、安定しやすいんだそう。



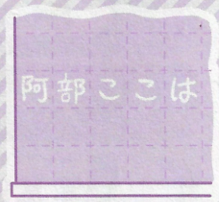
＼セナ発／
目線の位置で書く
上の方に書こうとすると、よく見えなくてゆがんだり変な字になったり…。身長に合わせて書こう。



＼ワカナ発／
チョークは軽くすべらせる
黒板を書くとチョークの粉がよく落ちるコは、力を入れすぎかも!? ふわっと持ってみて。



＼ココハ発／
黒板のマス目を利用
教室の黒板にマス目がついている場合は、利用しない手はないよね。ゆがむ心配ナシ。



メン㊉に聞いた！女子の字が気になる瞬間 2位

回収するプリントの文字 提出されたノートの名前



ニコ㊉の字をこっそりメン㊉に見せてみた！ 男子ウケするのってどんな字？

1位 ハルカ 春はあけぼの。
メン㊉'sボイス：丸すぎず、カクカクしすぎずでちょうどいい。ちょっと子どもっぽい感じもかわいい。
メン㊉'sボイス：女の子って感じのかわいい字！字の大きさがそろっててキレイだし、読みやすい。好き！

2位 ナナ 春はあけぼの。
メン㊉'sボイス：とめとはらいがはっきりしているところが読みやすい！
メン㊉'sボイス：THE ていねいって感じですごい好き。誰もがキレイって思う字だと思います！

3位 マホ 春はあけぼの。
メン㊉'sボイス：書き方がかっこいい！ タイプな感じの字の書き方です。

3位 カナミ 春はあけぼの。
メン㊉'sボイス：シンプルに字がすごく上手いし、バランスが整っていてとっても見やすい！

意外と字キレ〜だな!!



高3・小原唯和（ユイト）
高1・野口義斗（ヨシト）

まだまだあるよ！ ニコ㊉・ニコ㊦のモテ字テク



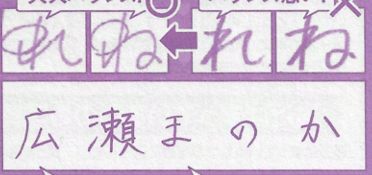
＼ニコ㊉ハルカ発／
キレイな字を見て洗脳する
メン㊉人気1位のハルカのまさかのテク！（笑）きれいに書きたいときは気合を入れるそう。

＼ニコ㊉アム発／
英語は紙をナナメにして書く

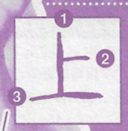


英語が得意なアムならではのモテ字テク。マネしたらネイティブっぽく見えるかも！

メン㊉人気第4位！ ＼ニコ㊉マノカ発／
とにかくバランスを意識する！
バランスを意識するようになって、今まで豪快だった字が変わったそう。ぜひ真似してみてね。



漢字は大きく、ひらがなは小さく書くと◎



＼ニコ㊉シズク発／
書き順に気をつける
1画1画、とめ・はね・はらいも意識するそう。かっこ悪いから誤字脱字も気をつけるらしい。



＼ニコ㊦みりんちゃん（中2）発／
線の角度はナナメ15度
角度がついていないと、のっぺりして子どもっぽい印象に。少しナナメにするだけで大人字！

nicola掲示板

ニコ㊮のオフショいっぱい!
インスタフォローしてね!



★ニコラ公式インスタ更新中★
撮影のオフショットや、インスタをやっていないニコ㊮、メン㊮の投稿も見れちゃうよ! ぜひフォローしてみてね★

＼フォローしてねー!／

ニコラ公式インスタグラム
ニコ㊮のリアル私服をチェック!
@nicola_snap
ニコラのオフショがいっぱい♡のアカウント!
@nicola_magazine

ニコ㊮からのメッセージを大量UP☆
ニコラ公式ツイッター @nicolaJP_mag

ニコラ公式アプリ配信中! **ニコラプラス**
iOSの場合はApp Store(AndroidはPlayストア)で「ニコラプラス」と検索してね!

かわいいニコ㊮の動画がいっぱい♡
ニコラ公式TikTok
ID:nicola_magazine

ニコラネット www.nicola.jp



ニコラ生徒会とは？
ニコラで活躍中のニコ㊮（ニコラモデル）が通う学園の生徒会のこと。最高学年が生徒会役員としてニコラを引っぱっていくよ! 3代目生徒会長にマホ、副会長はカナミが就任☆

←左ページのアンケートの送り先
〒162-8711 東京都新宿区矢来町71
新潮社 ニコラ編集部「アンケート⑥係」

※アンケートだけではなく、ニコラに手紙やハガキ、作品などを送りたいコは左の住所で届くよ!

↓↓ 今月はこんな情報やアイディアを募集してます! みんな応募してね! ↓↓

写真&メール募集!!

写真&メールの送り先は **nicola@shinchosha.co.jp** だよ!

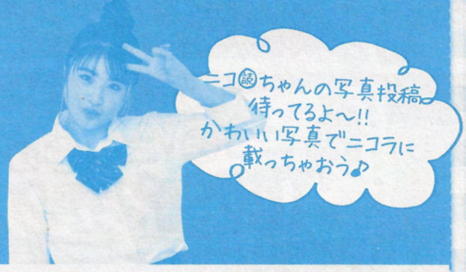
★タイトル欄に必ず募集タイトルを入れてね!
例:ニコラに出たい
【注意】ニコラに載る場合は、ニコラPCからお知らせの返信があるよ! 指定外メール拒否の設定や、PCメール拒否の設定をしている人は、お知らせを受け取れませんので注意してね

このQRコードからもメールが送れるよ♪

SNSでも募集中♡
ツイッター・インスタグラムで
#○○○(募集タイトル)
#ニコラにのりたい
の2つをつけてどんどん投稿してね!

必ず書いてほしいこと!
ペンネーム ニコラに載ってもいい名前を教えてね!
学 年 現在の学年を書いてね!

※ハッシュタグで投稿するときにペンネームと学年が書いてないことが多いよ! せっかくかわいい写真を投稿してもらっても採用できないので、この2つは特に書き忘れに注意してね。



ニコラに出てくれるコ募集!

新ニコラ学園物語のエキストラ役などでニコラに出てくれるコを募集するよ! お友だちと一緒でもOKなので、ぜひ応募してみて。よろしくね! まずは自分の顔全体が写っている写真と、本文に①〜⑤を書いて送ってね。**しめきりナシ**です。**メールのタイトル:**ニコラに出たい **メールの本文:**①住所②氏名③電話番号④学年⑤ニコトレに出たいコは、好きなブランドを教えてね。

最近はまっているものの写真募集!

最近はまっているものの写真を送ってね☆ 買ったものや、行ったお店、お気に入りグッズなどみんなの自慢の写真を待ってるよ。かわいい加工大歓迎! よかった写真はニコラ6月号に掲載するよ。**しめきりナシ**です。**メールのタイトル:**はまりもの **メールの本文:**①住んでいる都道府県②学年③氏名④ペンネーム⑤写真の説明 ツイッター・インスタグラムの場合は②と④と⑤を記入して、ハッシュタグ「#ニコラはまりもの」「#ニコラにのりたい」の2つをつけてね!

最近買ったものの写真募集!

最近、自分のおこづかいで買ったものの写真を大募集! **しめきりナシ**です。**メールのタイトル:**最近買ったもの **メールの本文:**①氏名②ペンネーム③学年④住んでいる都道府県⑤買ったものの商品名(分かれば)⑥オススメポイント(写真の説明を書いてね) ツイッター・インスタグラムの場合は、②〜⑥を記入してハッシュタグ「#最近買ったもの」「#ニコラにのりたい」の2つをつけてね!

6月号ふろく写真募集!

6月号のふろくを実際に使っている写真を送ってね! よかった写真はニコラに掲載しちゃうかも。かわいい加工大歓迎! **しめきりナシ**です。**メールのタイトル:**ふろく **メールの本文:**①住んでいる都道府県②学年③氏名④ペンネーム⑤写真の説明 ツイッター・インスタグラムの場合は②と④と⑤を記入して、ハッシュタグ「#ニコラ6月号ふろく」「#ニコラにのりたい」の2つをつけてね!

勉強机の写真を大募集!

勉強机の写真を大募集! 自宅の勉強で使っている文房具や机のまわりの収納などを写真に撮って送ってね! 上手に撮れているコは、ニコラ6月号に掲載されるかも! **メールのタイトル:**勉強机 **メールの本文:**①氏名(ペンネームでもOK!)②学年③写真の説明 ツイッター・インスタグラムの場合は①〜③を記入してハッシュタグ「#勉強机」「#ニコラにのりたい」の2つをつけてね!

ニコ㊫あるある写真を大募集!

ニコ㊫ならではの推し事写真を大募集! ニコ㊮からもらったサイン写真や、ニコ㊮のうちわ、大量のニコラなどなど、ニコ㊫ならではの推し事がわかる写真を送ってね! 上手に撮れているコはニコラ6月号に掲載されるかも! **メールのタイトル:**ニコ読あるある **メールの本文:**①氏名(ペンネームでもOK!)②学年③写真の説明 ツイッター・インスタグラムの場合は①〜③を記入してハッシュタグ「#ニコ読あるある」「#ニコラにのりたい」の2つをつけてね!

おうち時間の過ごし方写真募集!

おうちで過ごす日が増えたよね。おうちで楽しく過ごしている写真を大募集! 上手に撮れているコは、ニコラ7月号に掲載されるかも! **メールのタイトル:**おうち時間の過ごし方 **メールの本文:**①氏名(ペンネームでもOK!)②学年③写真の説明 ツイッター・インスタグラムの場合は①〜③を記入してハッシュタグ「#おうち時間の過ごし方」「#ニコラにのりたい」の2つをつけてね!

おうちカフェ写真募集!

おうち時間でお菓子作りなどに挑戦したコも多いのでは? おうちで作ったお菓子やドリンク、トーストアレンジなどの写真を大募集! 上手に撮れているコは、ニコラ7月号に掲載されるかも! **メールのタイトル:**おうちカフェ写真 **メールの本文:**①氏名(ペンネームでもOK!)②学年③写真の説明 ツイッター・インスタグラムの場合は①〜③を記入してハッシュタグ「#おうちカフェ」「#ニコラにのりたい」の2つをつけてね!

DIYグッズ写真募集!

最近作ったものの写真を募集するよ! 推しグッズ、スマホケース、アクセサリー、ネイルなどなんでもOK! 上手に撮れているコは、ニコラ7月号に掲載されるかも! **メールのタイトル:**DIYグッズ **メールの本文:**①氏名(ペンネームでもOK!)②学年③写真の説明 ツイッター・インスタグラムの場合は①〜③を記入してハッシュタグ「# DIYグッズ」「#ニコラにのりたい」の2つをつけてね!

お気に入りコスメ写真募集!

お気に入りのコスメの写真を大募集! 上手に撮れているコは、ニコラに掲載されるかも! **メールのタイトル:**お気に入りコスメ写真 **メールの本文:**①氏名(ペンネームでもOK!)②学年③写真の説明 ツイッター・インスタグラムの場合は①〜③を記入してハッシュタグ「#お気に入りコスメ」「#ニコラにのりたい」の2つをつけてね!



★★新ニコラ学園からの募集だよ!★★

みんなのケータイ小説を大募集!

今月はこんなストーリーを募集してるよっ!! ★**「思い、思われ、ふり、ふられ」、推しのいる生活、彼氏と彼女の裏の顔、恋の倍返し、学校の怪談**をテーマにしたお話 もちろん、これ以外のテーマでもOKです♪

字数制限はありません。投稿はケータイメール・FAX・手紙・ニコラネットどれでもOKだよ。優秀な作品は、ニコラネットにどんどん掲載していくので、みんな読んでね! さらに、面白かった作品は本誌新ニコラ学園物語の原作になるよ。原作に選ばれたら、撮影現場見学、ニコ㊮のサイン入り写真プレゼントなど、特典いっぱい☆

まほかなめあむーちょが直筆であだ名をつけたよ～

友だちと遊べなくてうずうずしてるみんな！ 学校が始まってるコもまだ休校のコも、まほかなめあむーちょの 4 人が、みんなが応募してくれた中から、あだ名をつけたよ！ 学校で呼んでもらっちゃお☆



Photo/Fujii Daisuke Stylist/Shimano Mayuko Hair&Make/Tsuzuki Hikari Models/Wakabayashi Maho,Kobayashi Kanami ,Hayashi Meari,Fukao Amu Design/HENGRAPHIX ※モデルの衣装はすべて私物です

マホがつけました！



応募ありがとうー！ 名前を見たときに直感で合いそうなものにしたよ！ 気に入って使ってもらえるとうれしいな～！

- **さくらん♡** — まほちゃんいつ見ても可愛くて大スキです!!さくらであだ名つけてくれたら全力で喜びます…笑
- **おしお！** — まほちゃん！ 新モの頃からずっと応援してるよ！大好き💙💙💙💙しおり！
- **あっすー** — マホちゃん！生徒会長頑張ってください！これからも応援してます！あすみでお願いします！
- **あみぽん** — これからも頑張ってください！응원할께요 応援してます💕💕💙 あみか
- **りこピ！☆** — まほちゃん、死ぬほど可愛くて、黒が似合っててとっても素敵で憧れます！りこです。
- **かえたん～っ** — 会長頑張って!!!!!!!!!!!!!!!!! 縄文時代から愛してました笑笑 かえで
- **みはっちゃん** — 生徒会長本当におめでとう🎀！ 毎日ニコラ読み返してるよ！！ みはるって言います…！🥺
- **かりりん！** — かりな いつも誌面見て可愛いなって癒されてます💕応援してます！
- **みおってぃ** — みおです！真帆ちゃん、生徒会長おめでとうございます‼ 真帆ちゃんの元気な笑顔が大好きです♡！
- **ゆらっち** — ファンレターの返事を丁寧にしてくれてありがとうございました😊大好きです！ゆらです
- **くるくる** — 新モの時からずっと応援してます！！！服のセンスとか良すぎて大好きです！ くるみですー！

カナミがつけました！



たくさんのメッセありがとう（ペコリ）♥ あだ名は「ん」とか「～」などが入ってるのが呼びやすくて好きなんだ！

- **まてぃ～** — The韓国女子！！もう日本代表韓国人ですぞ！！可愛いすぎる！！ まおであだ名おねしゃす！！
- **みゅ～** — かなみちゃんが入った号から愛読してます♡これからも頑張ってください！名前はみゆです！
- **ひ～ちゃん** — ニコラに来た時にえ！この子可愛い！って思ってそれからずっと好きです！これからも！ひよりです
- **おりり😊** — かなみちゃん副会長就任と美白モ1位おめでとう🎀これからも応援してます！「りりか」です♥
- **まにゃ^^** — 休校中かなみんのファンレ書いたの～❤あと1年頑張ってね💙 (名前:まなか)
- **あい♡** — かなみちゃん大好きです!! ハーフツイン似合ってて可愛かった！副生徒会長頑張って！あおいです！
- **み～み** — 個性派オルチャンも王道オルチャンもオルチャンが大好きな私にとってとても大好き💙みいなです
- **あ～ちゃん** — かなみちゃんのとっても可愛い笑顔と明るい性格に憧れます あいり
- **りんりん** — かなみちゃんまほちゃんとのコラボLIVEして欲しいです！🥰🥺 "りお"
- **なこ！** — 花南ちゃん🥰すべてがオシャレで努力家な花南ちゃんが大好きです💙ななこであだ名欲しいです!!!
- **なっつん** — かなみちゃん、副生徒会長頑張ってね!! 大好きです☺ なつきであだ名つけてください!!

メアリがつけました！



あだ名は直感で決めました！ SNS でのたくさんのコメントもありがとうございます！ 全部楽しく読んでます♥♥

- **ことりん🎀** — 芽亜里ちゃんの影響でガーリーが大好きになりました。ずーと応援しています♡大好き！『ことは』
- **ななみん✉** — ニコラを見るときにメアリちゃんが載っている所を見ています！憧れの存在です！ ななみ
- **しゅりん☆** — めありちゃん、大好きです♡ めあガーリーのページ、毎回可愛すぎます♡しゅりであだ名つけて!!
- **かのるん** — いつもコーディネート参考にさせてもらってます♡可愛い かのん です！
- **さららん** — めありちゃんへ💙めありちゃんのおかげで夢が出来ました!!下の名前はさらです！
- **ここにゃ** — ニコプチの時から応援してます！めあここも大好きです💙 名前：ここは
- **はなみん** — いつも可愛いめありちゃんが大好きです💙これからも頑張ってください！ 名前は『はなみ』です😌
- **まさぴー** — まさえです！ めありちゃーん💙本当に大好きです！アカウント作るくらい好き💙
- **みったん😊** — 世界一のガーリーの神様だと思ってます♡みうであだ名お願いします！
- **あーちゃん** — めありちゃんのいつもニコニコ出ふわふわした雰囲気が好きです🥺名前は朝日（あさひ）です！
- **あみみ** — ピン表紙めっちゃ良かったです！♥♥💙💙 頑張ってください！！ あみか

アムがつけました！



とても温かいメッセージありがとう！ 音の響きを大切にしたのと、個性的なネーミングにしたよ！ みんなダイスキ♥

- **みーおん♡** — みおです！アムちゃんの明るさと、面白さと、いろんな表情ができて、歌もうまいし憧れです
- **ゆかってぃー** — カッコよくて何でも出来ちゃうあむちゃんが憧れです🥺 名前……ゆな
- **ROCAロカ** — ひろかです！ 新中3です！ニコモになってあむちゃんに会いたい！💙Love!
- **れんたろう** — あむちゃん！可愛くて大好きです！れんかでお願いします！
- **あんこ♥** — あむちょウクレレすごい～ 私もやろーかなぁ あんな
- **ゆうかスター☆** — あむ様と同じ滋賀県出身ですこんなに可愛い人が滋賀県とは思えない‼大好きです 優香です
- **オンリー☺** — ニコモになって2年も経ってないのにこんなに人気があってすごい！ 名前は、りおんです！
- **かんたくん♡** — あむちゃんのエクボ大好物！！ かんなであだ名お願いします！
- **ぴーちぃ** — ももかです♡ ときどきあむちゃんに似てると言われます！ごめんなさい🙏
- **さきっちょ** — コーデの組み方とか1番好きです!♡ 名前はさきです！
- **りんなぽりたん** — あむちゃんの面白い絵好きです♥大好きです♥これからも応援してます💙 りんなより💙

女子モテノート

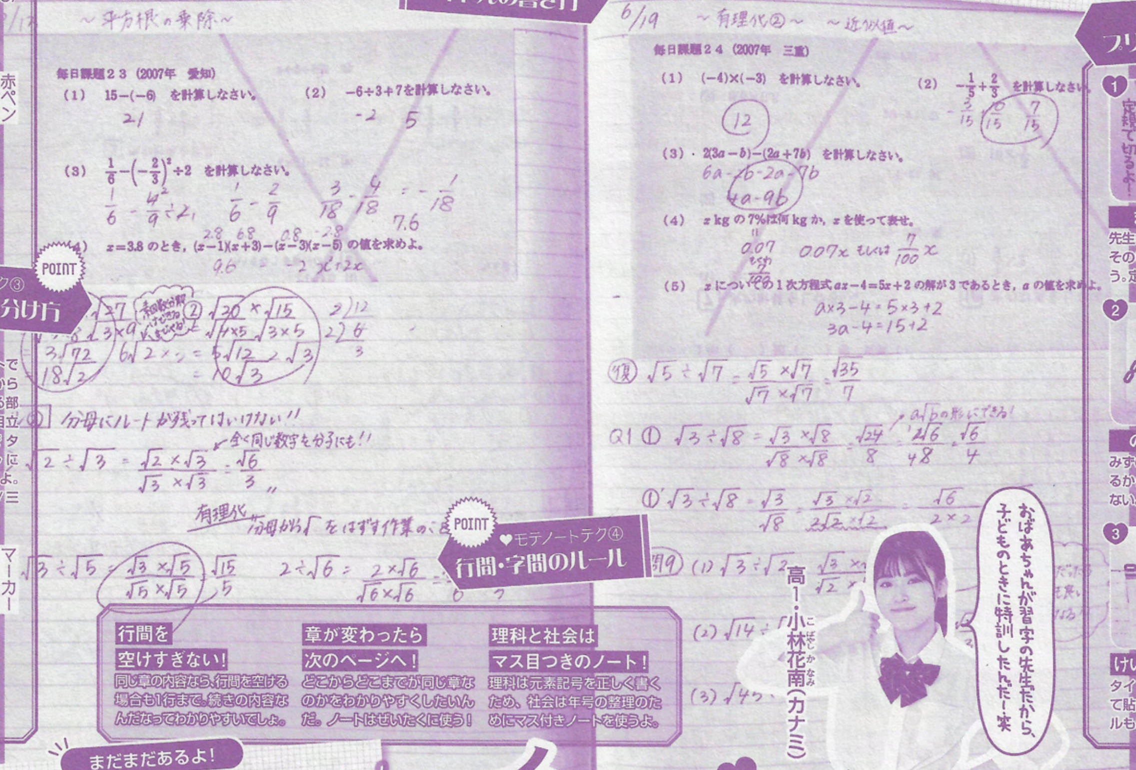
ノートや字がきれいなコって、女子力高くてあこがれるよね～。じつは男子もこっそり女子の字を見ていたことが発覚！　きれいな字とノートで、全方位モテをめざしましょ。



ノートをキレイに書くコツが知りたーい!!!　一方でノートを貸しまくるカナミ…　けっきょくノートを借りまくるわたし…　テスト前は気合を入れるものの…

ニコモ人気 No.1!

カナミのモテノートがこちら!!



オレンジペンで目立たせる
テスト範囲がノートのタイトルで指定されるから、目立たせとくとテストのとき焦らない！

日付とタイトルの間は 1マスあける!
タイトル下のけい線のドットでバランス調整。見やすいようにルールを決めてるよ。

POINT ♥モテノートテク②
タイトルの書き方

POINT ♥モテノートテク①
プリントの貼り方

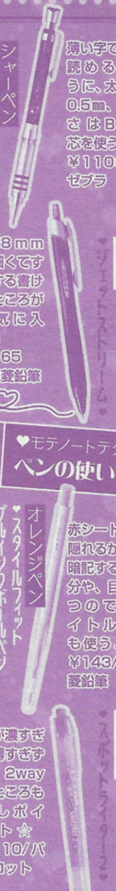


1 **まずは端を切る!**
先生が雑に切ったプリントは、そのまま貼るとはみ出しちゃう。定規で切るとキレイだよ。

2 **のりはテープのり**
みずのりだとぐちゃぐちゃになるから、テープのり派。はがれないようにナナメにのりづけ。

3 **けい線に合わせて貼る!**
タイトル下のけい線に合わせて貼ると、キレイだしタイトルも目立つって気づいたの！

POINT ♥モテノートテク③
ペンの使い分け方



シャーペン ♥テクトツゥーウェイ♥
薄い字でも読めるように、太さ0.5㎜、濃さはBの芯を使うよ ¥1100/ゼブラ

赤ペン ♥ジェットストリーム♥
0.38mmで細くてするする書けるところがお気に入り！ ¥165/三菱鉛筆

オレンジペン ♥スタイルフィット グルインクボールペン（ノック式）♥
赤シートで隠れるから暗記する部分や、目立つのでタイトルにも使うよ。¥143/三菱鉛筆

マーカー ♥スポットライター2♥
色が濃すぎず薄すぎずで、2wayなところも推しポイント☆ ¥110/パイロット

POINT ♥モテノートテク④
行間・字間のルール

行間を空けすぎない!
同じ章の内容なら、行間を空ける場合も1行まで。続きの内容なんだなってわかりやすいでしょ。

章が変わったら次のページへ!
どこからどこまでが同じ章なのかをわかりやすくしたいんだ。ノートはぜいたくに使う！

理科と社会はマス目つきのノート!
理科は元素記号を正しく書くため、社会は年号の整理のためにマス付きノートを使うよ。

おばあちゃんが習字の先生だから、子どものときに特訓したんだ！笑
高1・小林花南（カナミ）

ノート貸して～～

まだまだあるよ!

ニコモ・ニコ読のモテノートテク

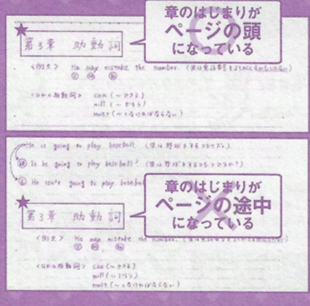
文字の量によってシャーペンの太さを替える
＼ニコモ シズク発／

長い文章や数式を書く国・数・英は細め、図やイラストを描く理・社は太めが◎！



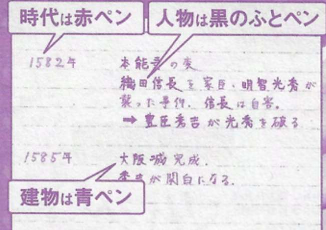
章やトピックごとにページをわける
＼ニコ読 居眠り猫ちゃん(中3)発／

どこに何が書いてあるか、一目でわかると見やすいよね。書き方のマイルールをつくろう！



歴史は人物・時代・建物をそれぞれ色分けする
＼ニコ読 mikiちゃん(中1)発／

漢字が並ぶ日本史のノートは、わかりやすく読めるような工夫も大事だよね！




中3・湊胡遥（コハル）

真央侑奈さんの

夢叶星占い カレンダー

5/1 FRI ～ 6/1 MON

お誕生日ニコモのセルフィーはP.69で見られるよ！

5月晴れバンザイ★ ぽっかぽかな5月がやってくるーー！占い

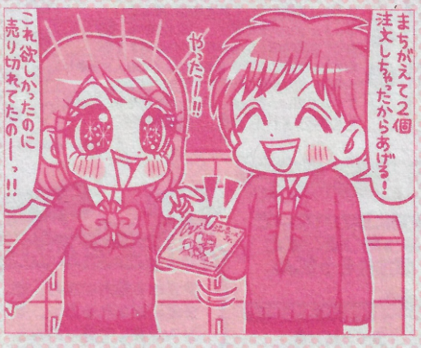
Supervisor/age UN Illustration/NABEYUKA Text/Hiro Marisa Design/micro fish

あったかくなって、少しずつ気持ちも明るくなれそうな5月♥ 今月も運勢をしっかり読み込んでおこう！ 新しい環境にも少しずつ慣れてきて、運気がアップしているかも!?

おひつじ座

5月の 3/21～4/19生まれ

欲しい物をゲットできそう。
趣味が合う男のコと進展。



全体運 ★★★★★

あなたの欲しいと思っていた物が、手に入る予感。五感が豊かになり、芸術に触れたり感性を高められる運気。気が合うコと好きな音楽や、最近見たオススメの映画の話をしてみて。

恋愛運 ♥♥♥♥♥

男友達の中から好きなコが現れそうな運気。共通の趣味があると、好きなコが喜ぶ話題が提供できるよ。二人きりで話しにくい場合は、グループラインなどを活用してみると◎。

1	FRI	グループの中であなたの意見が尊重される日。的確で説得力ある意見がグループを前進させる力に。	♥	☺
2	SAT	アーティストの才能に触れると元気がもらえそう。ラジオなどで、知らないバンドの曲も聞いてみて。	♡	📱
3	SUN	頑張ってきた勉強の結果が出そうなタイミング。ただし、上から目線にならないように注意して。	♡	✏
4	MON	後輩のフォローが今日のカギ。時間をとられても丁ねいに指導すると結果的にスムーズにいきそう。	♡	☺
5	TUE	あなたのウソのないストレートな言動が好感を持たれそう。身近な人たちと本音で話し合えそう。	♡	☺
6	WED	テレビや動画アプリで、やってみたいエクササイズ情報をゲットできそうな予感。チェックして。	♡	👑
7	THU	自信満々で上から目線のあなたに周囲は不快感を持ちそう。うまくいっている時ほどケンキョにね。	♡	✏
8	FRI	流行の最先端の商品をゲットできるチャンスあり。ただし、自分にとって必要な物かよく考えて。	♡	$
9	SAT	あなたに合う限定コスメを運よくゲットできる予感だよ。ネットショップを要チェック！	♥	👑
10	SUN	海外に関係することがツキを呼びそう。海外の SNS を見てみると、おしゃれも英語も勉強できるよ。	♡	★
11	MON	今日は作業効率がイマイチ上がらない予感。最初に立てたスケジュールを再考してみると◎。	💔	✏
12	TUE	普段運動不足の人は、いきなりハードな運動をしないように。身体のどこかを痛めてしまうかも。	♡	👑
13	WED	今日は食欲がないみたい。少しでも食べられるなら温かいスープなど消化の良いものを選ぼう。	💔	$
14	THU	オリジナリティある発想に周囲は興味を持ってくれそう。自信を持ってやりたいことを発信して。	♡	☺
15	FRI	頭の回転が速いので作業がどんどん進みそう。空いた時間は新たな友だちとのつながりを大事に。	♥	✏
16	SAT	今日は足に注意。不注意がたたってケガをしてしまうかも。いつも以上に身の回りに注意を払って。	💔	☺
17	SUN	電化製品の故障など予期せぬトラブルがある予感。物の使い方など日頃の行いを見直してみよう。	♡	×
18	MON	今まで気が乗らなかった面倒な作業も今日なら能力が UP し、スムーズにはかどりそうだよ！	♥	✏
19	TUE	次々アイディアが浮かび、やる気がわいてきそう。思いついたら即行動するようにしてみよう！	♡	✏
20	WED	好奇心旺盛なイメージチェンジで運気 UP！ アクティブな印象のポニーテールがオススメ。	♥	👑
21	THU	ちょっとぜいたくな物を買うのに良い日。本当に気に入った物なら大切に使える一品になる予感。	♡	$
22	FRI	他人にどう思われるか気にせずに言いたいことが伝えられそう。共感してくれる人が現れそう。	♡	☺
23	SAT	気の合う友だちと交流することでお得な情報が入ってきそうな日。SNS の活用も◎だよ。	♡	📱
24	SUN	親友とくだらないことで 1 日中笑っていられて、友だちっていいなと思える日になりそう。	♡	📱
25	MON	友だちに普段なら言えないことも伝えられそう。心の奥底の秘密も思い切って打ち明けよう。	♡	☺
26	TUE	身体の冷えに気をつけたいとき。普段運動をしない人も少し汗をかくぐらい身体を動かしてみて。	💔	×
27	WED	一つのことに没頭して視野が狭くなりがち。マイペースになり過ぎると周囲が困惑してしまうよ。	💔	✏
28	THU	今日はファッションにお金を使うと満足できそう。パッと映えるような派手めなものがオススメ。	♡	$
29	FRI	今日はあなたの専門的な知識が重宝される日。代わりがきかない存在として、一目置かれる機会に。	♥	★
30	SAT	遠い目標ではなく、今やるべきことを一つ一つクリアにしていこう。ちりも積もれば山となるよ。	♡	✏
31	SUN	「言わなくてもわかるだろう」は NG。身近な相手でもきちんと状況や自分の思いを説明して。	♡	☺
6/1	MON	ダイエット中のあなたは、腹筋と背筋をきたえるなど上半身のエクササイズに集中すると◎。	♡	👑

Produced by age UN

5月大ジューシツテク

かわいい写真を撮りまくると、より楽しめるよ。

今月の
★ラッキーカラー エメラルドグリーン
★ラッキースクールアイテム コーム
★ラッキーファッションアイテム シャツワンピース

今月のおひつじ座のカレ 恋叶テクつき！

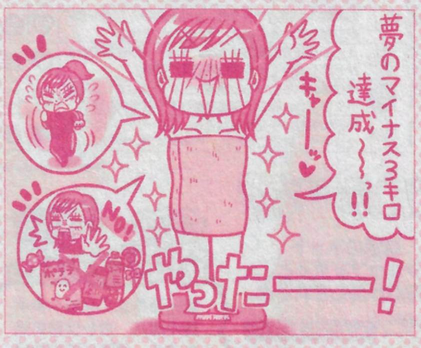
カレは友だち感覚で、仲良くなれたらいいなと思っている運気。あなたの笑顔が、効果的なアプローチになりそうだよ。さりげなく毎日笑顔であいさつすると◎だよ。

今月の星座相性
相性◎ いて座 ｜ おうし座 相性×

おうし座

5月の 4/20～5/20生まれ

夢が叶いそう。
恋は好きなコに一途になりそう。



全体運 ★★★★★

何かとツイていて、夢が実現しそう。行動に移した分だけ、目標を達成することができるよ。お休みの間は、普段料理をしないコも、家族のお手伝いをしてみると運気アップかも!?

恋愛運 ♥♥♥♥♥

独占欲が強くなりがち。好きなコを他の人にうばわれたくない気持ちから、アプローチができそう。信頼できるコが恋の相手に。お休み中はヒマをアピールして、相手の反応を見るのがコツ。

1	FRI	理由もなくイライラし、落ち着かないとき。アロマテラピーを試すと、心も身体もリラックス。	💔	👑
2	SAT	無理の連続で、体が悲鳴をあげてるよ。胃腸トラブルは専門医に相談し、胃に優しい食事を。	💔	👑
3	SUN	今日は一人でダラダラ過ごすより、気の合う友だちみんなとグループラインで話すのがオススメ。	♥	★
4	MON	あなたの前向きな姿勢が、周囲に好感を与えているよ。失敗を恐れずに、何ごとにも自ら動こう。	♡	✏
5	TUE	イライラすると無意識のうちに言動がキツくなりがち。後輩を指導する際の言葉選びに注意。	♡	✏
6	WED	スキルアップの勉強を始めるのに適した日。習得も早く、すぐに結果が見えてくるはず。	♡	✏
7	THU	有益な情報が舞い込む予感。友だちとの何気ない会話の中に隠れているはず。アンテナを張って。	♡	☺
8	FRI	次々と予定がこなせそう。エクササイズにチャレンジしてたっぷり汗を流そう。レッツデトックス！	♡	👑
9	SAT	貯金について、情報が得られる予感。本や雑誌、インターネットをくまなくリサーチしてみて。	♡	$
10	SUN	気をつけて。大事な場面で気が緩み、大失敗しそう。気心知れたチームでも、ゆるみすぎは厳禁。	♡	👑
11	MON	今日知り合う人は、あなたの一生に影響してくる重要人物の可能性アリ！ SNS でも気を抜かないで。	♥	☺
12	TUE	今日はぜいたくしても OK な日。お菓子などもゴージャスなものをチョイスすると、気持ちが潤うよ。	♡	★
13	WED	予想以上の成果を出すことができるとき。周囲の予想をいい意味で裏切ることができそう！	♥	✏
14	THU	疲れがたまり、風邪を引きやすくなっているみたい。風邪は万病のモト、早めにケアしよう。	♡	☺
15	FRI	ケアレスミスが多くなり、ミスで負担が倍増しそう。今日は落ち着いて、とにかく集中！	💔	$
16	SAT	インターネットで気になる海外のスポットを検索してみて。面白いスポットを見つけられそう。	♡	📱
17	SUN	今日はずっと寝ているのは NG！ 何もすることがないコは、過去のニコラを読み返してみて★	♥	📱
18	MON	コンプレックスを感じて、元気を失いがちみたい。自信を持って丁ねいに取り組んでいこう。	💔	✏
19	TUE	体調不良は食生活の乱れから。ダイエットのし過ぎは注意。バランスのよい食事を心がけよう。	♡	×
20	WED	受け身になって消極的なとき。気持ちを切り替えて攻めの姿勢を。チャンスはつかみにいこう！	💔	✏
21	THU	情熱を持って、順調に勉強できるとき。周囲のサポートも万全なので、思いきり力を発揮しよう。	♡	✏
22	FRI	今日は思い切ってお金を使っても良さそうな日。今日買ったものが、のちの出会いにつながるかも。	♥	$
23	SAT	思いがけないおこづかいなど、お金と縁が強い日。財布の中でお札の向きをそろえると運気アップ。	♡	$
24	SUN	ムダ遣いを防げる日。目標額を決めてしまえば、とんとん拍子で貯金もできそう。おこづかい帳も◎。	♡	$
25	MON	コミュニケーションスキルがあがるとき。親しい友だちと積極的に会話を。深い絆が結べそう。	♡	☺
26	TUE	理解力に恵まれ、勉強も思いのほかはかどりそう。気になることは、YouTube で調べてみよう。	♡	✏
27	WED	イライラして落ち着かない日。胃腸のトラブルにも見舞われる予感。ゆっくり休息しよう。	♡	$
28	THU	落ち込みやすいとき。みんなといても楽しめないかも。こんな日は、ひとりの時間を静かに楽しんで。	💔	×
29	FRI	どんな人にも公平に接することができるとき。チームのまとめ役を買って出ると、うまく運びそう。	💔	☺
30	SAT	何をしていても楽しめる 1 日。新しいことを始めるのも良さそうだよ。気になることに挑戦してみて。	♡	📱
31	SUN	少し早めに起きて、理想の学習環境をつくりあげて。机の上を片づければ、やる気も高まるよ。	♥	✏
6/1	MON	栄養のバランスが乱れがち。食生活を見直してみよう。自分に合ったメニューを考えてみるのも◎。	♡	✏

Produced by age UN

5月大ジューシツテク

どうしても欲しいものは、早めに買っておこう。

今月の
★ラッキーカラー レッド
★ラッキースクールアイテム ミラー
★ラッキーファッションアイテム スウェット

今月のおうし座のカレ 恋叶テクつき！

勉強や部活動で、良い結果を出せそうなカレ。自分の実力を磨くために努力している運気。いつも頑張っていてすごいなどカレを褒めてみるようにすると好印象だよ。

今月の星座相性
相性◎ おとめ座 ｜ いて座 相性×

♥=ラブ運好調 ♡=ラブ運まあまあ 💔=ラブ運不調 ★=ラッキー100%DAY! ✏=勉強運好調 📱=LINE運&電話運好調 ☺=友だち運好調 $=おこづかい運ラッキー！ ×=要注意DAY! 👜=お出かけ運GOOD! 👑=おしゃれ 人気運UP!

占い監修は……真央侑奈さん!

メディアやイベントなど、幅広い活躍の中で「心に触れ、届く、幸せになるための占い」を提唱するハッピー革命占い師♥ 公式HP(https://mao-yuna.com/)も要チェック!

真央侑奈さんの夢叶星占い!カレンダー

5/1 FRI～6/1 MON

ふたご座

5月の 5/21～6/21生まれ

思いやりのある対応で魅力UP! 両想いになれる運気。



全体運 ★★★★★

情が厚くなり、思いやりのある人になれそう。人のためにする行動が幸運につながるよ。特に家族と過ごす時間に、ほっとできそう。お休みの日は、家族のために料理を作ってみて。

恋愛運 ♥♥♥♥♥

とても魅力的になり、男のコを惹きつけることができそう。ずっと好きだと思っていたコと、両想いになるチャンスが来そうだよ。お休みの日も個人ラインでキョリをちぢめよう☆

1	FRI	運動よりも頭を使う勉強の方が結果が出やすそう。脳をフル活動させるとどんどん賢くなれそう。	♡	✏
2	SAT	軽い運動でリフレッシュするのがおすすめ。ダイエットは続けられるよう長期計画を立てて。	♡	👑
3	SUN	家族に頼られ、何かと忙しい一日に。日頃の感謝を示すつもりで、できる限り力を貸してあげて。	💔	✏
4	MON	注意力が散漫になっているので、小さなケガに用心。今日は何もせずのんびり過ごすのがベスト。	💔	✕
5	TUE	グループ活動では、リーダー役を任される暗示アリ。上手くまとめられるため、自信を持って。	♥	★
6	WED	お金にツキのあるとき。急におこづかいをもらえたり、臨時収入に恵まれるかもしれないよ。	♡	$
7	THU	気付いたら机の上はゴミだらけなんてことになってない? 良い成績のためにも整理整頓を心がけよう。	♡	✏
8	FRI	先輩から責任あるポジションを任されそう。実力を発揮できる大きなチャンス。自信を持って!	♡	☺
9	SAT	ネットショップで、偶然素敵なコスメに出合えそう。衝動買いせず、自分に合っているか確認しよう。	♡	👑
10	SUN	今日は推し事がとってもツイてる日。推しグッズを作ったりDVDを見返したり…。推しは推せるときに!	♡	📱
11	MON	コツコツと節約してきた結果が表れそう。余裕があるなら、頑張った自分へのご褒美を考えてみて。	♡	$
12	TUE	ハメを外しすぎて大事な約束をすっぽかしてしまうかも。予定通りの行動を心がけて注意しよう。	♡	✏
13	WED	物欲が湧かないため、お金が余りそう。浮いたお金で、家族や親友へ何かプレゼントを選んでみて。	♡	$
14	THU	SNSで新たな出会いの予感。何がキッカケになるか分からないから、アンテナを張っておいて。	♡	★
15	FRI	あなたの意見にみんなが賛同してくれるはず。クラスなどがあなたを中心に自然とまとまるよ。	♥	☺
16	SAT	自信を持って取り入れたファッションなのに、周囲からは不評を買いそう。いつものスタイルで。	♡	✏
17	SUN	物事をじっくり考えすぎて大きなチャンスを逃しそう。時にはスピーディーな判断が必要だよ。	💔	✏
18	MON	同年代の人から、あなたの夢への第一歩を踏み出すきっかけになる重要な意見が聞けそうだよ。	♡	☺
19	TUE	勉強がリズムよく進むよ。こんなときこそ難しい課題に取り組もう。簡単に正解できそうだよ。	♥	✏
20	WED	ほしいものが見つかりそうなため、お金は多めに確保しておくと◎。楽しい時間を存分に過ごせそう。	♡	$
21	THU	返事をうやむやにすると、大きなチャンスを逃してしまうかも。返答に迷ったときは直感に従おう。	♡	✕
22	FRI	コンプレックスにとらわれていると、あなたらしさを失ってしまうよ。気分転換がおすすめ。	💔	✏
23	SAT	灯台下暗し。意外と身近にあなたと同じシュミの友だちがいるかも!? 周りのコのSNSを要チェック!	♡	📱
24	SUN	新しいスタイルに挑戦すると○。トレンドを意識して。ガーリー系のアイテムがオススメ。	♥	👑
25	MON	今日なら、新しいことへの挑戦もうまく行きそう。やりたいと思っていたことは行動に移して。	♡	✏
26	TUE	高額な商品も上手に見定めることができそうな1日。今日は周りの意見より、自分の目を信じよう。	♡	✏
27	WED	特にストレスを感じることもなく、楽しい気持ちで一日を過ごせそう。軽い運動で体を動かそう。	♡	👑
28	THU	友だちとの情報交換が活発になりそう。あなたから発信することで、有意義な情報が返ってくるよ。	♡	☺
29	FRI	キツイ言動が目立つ日。周囲に八つ当たりをするのはNG。笑顔を作って余裕を取り戻して。	♡	📱
30	SAT	ネットショップを見るなら、口コミを信じるよりも、自分の直感でほしいものを買うのがおすすめ。	💔	✏
31	SUN	細やかな気配りができるあなたは多くの人から慕われそう。まとめ役として欠かせない存在に。	💔	☺
6/1	MON	ゲームを思いっきり楽しむことができそう。対戦形式で試合をすれば、白熱して充実の時間に。	♡	☺

Produced by age UN

5月大ジュージツテク

時間に追われないでゆったり過ごすと癒されそうだよ。

今月の
★ラッキーカラー
ライトピンク
★ラッキースクールアイテム
ハンドクリーム
★ラッキーファッションアイテム
ショートパンツ

今月のふたご座のカレ 恋叶テクつき!

愛される魅力に溢れ、恋愛運に恵まれるカレ。センスが良くて周りのみんなから注目されるコが気になるので、女子力を高めていくと仲良くなれそう。

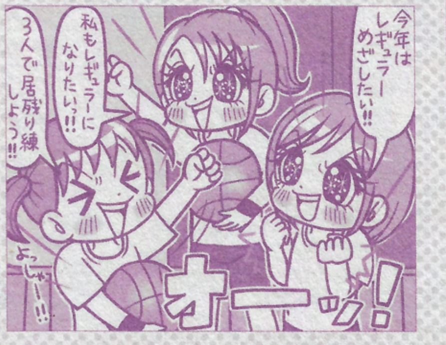
今月の星座相性

相性◎ みずがめ座 | さそり座 相性✕

かに座

5月の 6/22～7/22生まれ

友だち運がラッキー。恋愛は平和で穏やか☆



全体運 ★★★★★

あなたの取り組みたいことに、協力してくれる人が現れそう。部活動など、共通のシュミがある人と思い出が作れるはず。お休みのあいだはシュミに没頭すると、毎日を楽しく過ごせるよ。

恋愛運 ♥♥♥♥♥

新たに好きな人ができる可能性は少なく、以前から片思いしている人への気持ちが高まる予感。お休みの間は、思いきって好きなコに連絡を取ると仲良くなれそうだよ。

1	FRI	欲しい商品の口コミは参考程度に。本当に欲しいと思ったら購入して実際に試してみるほうが◎。	♡	$
2	SAT	お金に困ることがない日。節約に励んでいることを家族に告げると助けてもらえる可能性も。	♡	$
3	SUN	今日は一つのことに没頭するより、いろいろなことを短時間ずつやっていくのがオススメだよ。	♡	📱
4	MON	あまり接点がなかった人にも、気軽に話しかけてみて。思っていた以上に仲良くなれるかも。	♡	☺
5	TUE	突然悲しくなったりと、かなり情緒不安定に。観葉植物を部屋に置いたり、癒しの環境を整えて。	💔	👑
6	WED	お肌のくすみが気になりそう。生活習慣やコスメをこの機会に見直してみよう。半身浴も◎。	💔	✕
7	THU	折れないまっすぐな姿勢が、周りに好印象を与えそう。どんなことがあってもあきらめないで。	♥	★
8	FRI	お金を使うと◎。雑誌で気になったネットショップで、素敵なアイテムやお得な情報が手に入るかも。	♡	$
9	SAT	相手の意見を批判するより、よい部分を見るようにしよう。あなた自身を成長させるキッカケに。	♡	☺
10	SUN	つらいと感じることなく、やり遂げられそう。先輩から頼りにされ、任される仕事も多くなるかも。	♡	✏
11	MON	様々な人の意見を聞くとうまくいきそうだよ。主役になるより周囲のフォローに回ると吉。	♡	☺
12	TUE	心身のバランスがとれ、穏やかに過ごせるとき。インターネットを通じて、有益な情報も入りそう。	♡	👑
13	WED	本日の主役はあなた! 気づけばいろいろな人から連絡が来そう。得意な話題で盛り上げちゃおう。	♡	☺
14	THU	節約意識が高まるとき。逆に金銭感覚が厳しくなりすぎてしまう可能性も。ケチりすぎには注意。	♡	$
15	FRI	貯金が目標額に到達するなど、努力してきたことの成果が表れそう。頑張った自分へご褒美も◎。	♡	$
16	SAT	高い場所に運気UPのカギが! 足を上げて寝ると、血行もよくなって一石二鳥だよ☆	♡	★
17	SUN	なんとなく見ていたテレビで、気になる芸能人に出会いそう。未来の推しかも!? 要チェックだよ。	♥	📱
18	MON	精神的な悩みで体調不良を引き起こしそう。自分ひとりで解決しようとしないで、周りに相談を。	♡	👑
19	TUE	みんなから認められたいという気持ちから、自己アピールをし過ぎてないか振り返ってみよう。	💔	✏
20	WED	小さな目標を立てながら作業をすると◎。目指すものもなくダラダラとやると頭がボーッとしそう。	♡	✏
21	THU	あなたの背中を押してくれる出来事がありそう。友だちに将来の不安などを相談してみよう。	♥	☺
22	FRI	話しているうちに解決のヒントが見つかりそう! 困ったことがあったら誰かに相談してみよう。	♡	☺
23	SAT	自分に対して甘くなってしまう日。誘惑に負けてムダ遣いしてしまわないように強い気持ちで。	♡	✕
24	SUN	食生活の乱れが原因で吹き出物に悩まされるかも。栄養バランスを見直せば、一気に解消されそう。	💔	☺
25	MON	信頼できる人には正直に色々と話してみよう。隠し事をしていると、周囲との関係に小さな溝が。	♡	☺
26	TUE	闘志が湧いて、思ったより早く目標達成できるかも。学力アップのために、具体的な目標を定めて。	♥	✏
27	WED	顔やせグッズにツキがある予感。フェイスラインがスッキリし、魅力が一段とアップしそう。	♡	👑
28	THU	これまで堅実な生活をしてきた人には、臨時収入などの思いがけないラッキーがありそう!	♡	$
29	FRI	臨時収入が期待できそう。いつもあなたが真面目に取り組んでいることで、思わぬラッキーが。	♡	$
30	SAT	人との交流を深められる日。グループラインで自分から話を振ってみるのも良さそうだよ。	♡	☺
31	SUN	今日はあれもこれもと欲張って、いろんなことを調べてみよう。新しい発見がありそうな予感だよ☆	♡	📱
6/1	MON	休日に楽しい予定を入れると、モチベーションが高まりそう。雑用に追われ、やる気を失いがちに。	💔	☺

Produced by age UN

5月大ジュージツテク

話題のネットショップを見ると、好奇心が満たされるよ。

今月の
★ラッキーカラー
シルバー
★ラッキースクールアイテム
保湿リップクリーム
★ラッキーファッションアイテム
ブラウス

今月のかに座のカレ 恋叶テクつき!

恋愛運の良くなる一歩手前の運気。カレは恋に憧れても、行動に移すのはまだ早いと思っている可能性アリ。カレに頼みごとをして、頼りにしてみると好印象に。

今月の星座相性

相性◎ さそり座 | ふたご座 相性✕

♥=ラブ運好調 ♡=ラブ運まあまあ 💔=ラブ運不調 ★=ラッキー100%DAY! ✏=勉強運好調 📱=LINE運&電話運好調 ☺=友だち運好調 $=おこづかい運ラッキー! ✕=要注意DAY! 👜=お出かけ運GOOD! 👑=おしゃれ 人気運UP!

今月のラッキースポット
おうちの食卓

五感を満たすことが幸せになる秘訣。リビングを掃除してかざり付けしたり、テーブルにお花をかざるのもオススメだよ。お休みの間は、おうちでおいしいものを食べて、家族とのんびりまったりすごそう☆

しし座

5月の 7/23～8/22生まれ

成績がアップ。友だちから恋に発展する可能性が。



全体運 ★★★★★

勉強や部活動で良い結果を出せる運気。勤勉に取り組む姿勢が、年上の人から評価されそうだよ。お休みの間もなまけることがなく、実力を磨くことに時間を費やせるはず。

恋愛運 ♥♥♥♥♥

気軽に話せる男子の友だちの中から恋に発展する可能性アリ。あなたから積極的にアプローチする勇気がわく時。お休み中は、学校で会えなくてもSNSで連絡を取り合うのがカギ。

1	FRI	今日からスタートさせる運動やエクササイズはダイエット成功率が高め。結果を出せそうだよ。	♡	👑
2	SAT	早く高校生になってアルバイトをしたくなりそう。自分の強みが何か掘り下げてみてね。	♥	$
3	SUN	今日のコーデはシンプルイズベスト。全身ホワイトなどの同色系コーデにトライするのも◎。	♡	👑
4	MON	自分のために喜んでお金を使うと良い日。シュミなどあなたの心の栄養になることにお金を使おう。	♡	$
5	TUE	今日のあなたは気配り上手！　何をしたら喜ばれるか相手の立場に立って考えることがポイント。	♡	☺
6	WED	今日は臨時収入が期待できそう。誰かがあなたの頑張りを見ていてくれるよ！　努力しよう☆	♡	$
7	THU	苦手なタイプのコとも連絡をとってみよう。場の空気を悪くしないように公平な言動を心がけて。	💔	✎
8	FRI	感受性が強くなりすぎて、必要以上にストレスを感じてしまいそう。胃腸の病気に注意を。	💔	×
9	SAT	あなたがさりげなく出した話題で大盛り上がり！ネットなどで話題集めを欠かさないようにしよう！	♥	★
10	SUN	自然を楽しむには絶好の日。家の庭やベランダで天体観測や、観葉植物を育てたりしてみよう☆	♡	📱
11	MON	どんな会話でも批判的な意見を並べがち。まずはしっかり相手の意見を聞いてみると良さそう。	♡	✎
12	TUE	面倒な作業でも根気強く取り組める日。周囲が嫌がることほど進んで引き受けると成長できそう。	♡	✎
13	WED	今日のスケジュールはゆるめに組んでおこう。バスタイムは長めにとって、疲れを癒すと◎だよ。	♡	👑
14	THU	目の前にあることを一つ一つこなしていこう。地道な努力ほど確実な成功の秘訣はないよ！	♡	✎
15	FRI	礼儀正しい誠実な態度を心掛けると、みんなからの支持を得られそう。笑顔も忘れないで！	♡	☺
16	SAT	コンプレックスをとことん悩んでしまいそう。周りは気にしていないよ。自分の長所に焦点を。	♡	👑
17	SUN	家族やいとこからおこづかいをもらえたり、ごちそうしてもらったり。感謝の気持ちで受け取って。	♡	$
18	MON	最新のコスメより、古くから伝わる伝統療法が効果を発揮しそう。シンプルでお金もかからないよ。	♡	👑
19	TUE	あなたの得意分野や強みが大いに役立つ日。先輩からも一目置かれそう。思う存分発揮して。	♥	✎
20	WED	地道なダイエットの結果が出る予感。ボディラインがすっきりして、着たかった洋服が着れそう。	♡	★
21	THU	勉強科目を選り好みしてしまう日。得意なことばかりやってしまいそう。苦手なことほど前向きに。	💔	☺
22	FRI	勉強に恋愛に戦闘モードだったあなたは体力消耗中。副交感神経を ON にするには深呼吸を意識。	♡	👑
23	SAT	口コミで気になっていたコスメがあるなら、詳しい友だちに話を聞いてみて。会話も盛り上がりそう。	♥	📱
24	SUN	今日は夜空にツキが。星空がキレイに見える場所での天体観測がおすすめ。ヒーリング効果も！	♡	📱
25	MON	温めているアイディアは、信頼できる人の元へ持って行って。現実になる可能性有りだよ。	♥	✎
26	TUE	忙しいからと言って、食生活が乱れがち。食生活が乱れると肌も荒れ、気分もブルーになっちゃうよ。	💔	☺
27	WED	キャッチセールスに注意。強引な場合が多いので、曖昧な返事は禁物。買わないという強い意志を。	♡	×
28	THU	あなたの的確な判断は間違っていないはず。何か反対意見を言われても、自分の信念を貫いて大丈夫。	♥	✎
29	FRI	気分ソーカイな日。色々なことに前向きに取り組めるはず。失敗してもへこたれない精神力があるよ。	♡	👑
30	SAT	ファッションに力を入れてみて。いつものパターンでは昨日と同じ服装？　なんて勘違いされそう。	♡	👑
31	SUN	アクセサリーやお花、香水瓶など、美しいものにツキあり。オススメは先輩に聞いてみると◎だよ。	♡	👑
6/1	MON	話題の食べ物を食べてみると、新鮮な発見がありそう。周囲より新しい情報をゲットして大満足！	♡	📱

Produced by age UN

5月大ジューシツテク

時間配分を計画して無理がないスケジューリングが○。

今月の
- ★ラッキーカラー：ブラウン
- ★ラッキースクールアイテム：パスケース
- ★ラッキーファッションアイテム：プリーツスカート

今月のしし座のカレ 恋叶テクつき!

今月の後半は、シュミが合うコと仲良くなりたい気分のカレ。カレのシュミに合わせるように心がけると、話が弾んでいき親しくなるきっかけになりそうだよ。

今月の星座相性

相性 ◎ おひつじ座 ｜ かに座 相性 ×

おとめ座

5月の 8/23～9/22生まれ

好奇心旺盛に。恋愛以外のことに、関心が高くなるとき。



全体運 ★★★★★

いろんなことを知りたくなる時期。成績アップも期待できそう。行動的でスピーディーに、物事を進められそうな予感。おうちの中でも自然を感じられるようにすると◎。

恋愛運 ♥♥♥♥♥

恋愛に時間が割けなくなりやすいので、多忙な人だと感覚が合いそう。尊敬できるコだと惚れてしまう傾向。気になるコと一緒に勉強できる機会を持つと進展しそうだよ。

1	FRI	信じていた人に裏切られ、ショックを受けそう。自分をしっかり持とう。去るものは追わずだよ。	♡	✎
2	SAT	集中しにくく、ボンヤリしがちな 1 日。誰かと一緒に過ごすより、ひとりでのんびりがおすすめ。	💔	📱
3	SUN	新しいことにチャレンジしたくなったら、前向きに検討してみて。力強い協力者が現れる暗示。	♡	✎
4	MON	新しいスキンケアコスメに変えると◎。色々試しながらあなたにピッタリなものをチョイスして。	♥	👑
5	TUE	食べ物がとてもおいしく、幸せを感じられる 1 日。ついつい好きなものだけ食べ過ぎないでね。	♡	👑
6	WED	ちりも積もれば山となる、500 円玉貯金などを始めるのも◎。ポイントカードの整理で金運アップ。	♡	$
7	THU	コミュニケーション能力が高まり、誰とでも仲よくなれるとき。苦手なタイプの人にも心を開いて。	♡	☺
8	FRI	ポジティブな気分が顔に表れて自然と笑顔になれる日。適度な運動で発散すると身体も軽くなるよ。	♡	👑
9	SAT	明るい服装やメイクを心がけると、気持ちがスッキリして、最近の悩みからも脱することができそう。	💔	👑
10	SUN	このまま計画なくお金を使っていくと金欠になりそう。お金は見通しを持って使うようにして。	💔	×
11	MON	今日は、縁の下の力持ち的な役割がハマり役。ちょっとした気配りがみんなに感謝されそう。	♥	★
12	TUE	今日は人望が集まりやすい日。何か改善したいことがあるなら、今日提案すると賛成が得られそう。	♡	☺
13	WED	今日の買い物は、多少高価でも間違いなし。高くても上質な品なので、長く使うことになりそう。	♥	$
14	THU	添加物の多い食品はとり過ぎ注意。食べる前に食品のラベルをチェックする習慣をつけると◎。	♡	👑
15	FRI	今日のあなたは、相手に自分の考えが伝わりにくいみたい。焦らず自分の考えをまとめてから話そう。	♡	✎
16	SAT	男子を交えた会話がおすすめ。今まで話したことがなかったコとも仲良くなれそう。実りある時間に。	♡	📱
17	SUN	今日はお家で料理してみるのが良さそう。華やかな盛り付けにすると、テンションも上がりそうだよ。	♡	📱
18	MON	なまけグセが顔を出しているよ。ギリギリまで手をつけないのは失敗のもと。コツコツと作業を続けて。	♡	✎
19	TUE	お金を使うことをガマンできる日。気持ちまで豊かになれそう。金運アップの風水も◎だよ。	♡	$
20	WED	状況に変化が出にくいとき。ネガティブにならず自分から行動を。積極的に新たな世界を切り開いて。	♡	✎
21	THU	あなたを中心に、チームが一丸となれるとき。リーダーシップを発揮して、素晴らしいチーム作りを。	♥	☺
22	FRI	夢や目標に向けた行動に投資をするべき日。必要な塾を選んだり、教材を買うのも良さそう。	♡	★
23	SAT	些細なミスにいつまでもクヨクヨしがち。反省したら失敗の原因究明に気持ちを切り替えて。	💔	✎
24	SUN	秘密主義になってしまい、周りから孤立しそうな雰囲気。オープンで笑顔の多いお付き合いを。	♡	✎
25	MON	肌のくすみが気になるよ。ふきでものや湿疹など、肌荒れの暗示も。過剰なケアは控えるほうが◎。	💔	☺
26	TUE	今日は細やかな気配りができることで好感度がアップ。さりげなさが加わるとさらに◎だよ。	♡	☺
27	WED	嬉しいハプニングが多いとき。驚きながらも、最終的にはお財布が潤う方向に落ち着きそう。	♥	$
28	THU	いつもの作業がなかなか終わらなそう。慣れが気のゆるみを招くよ。スケジュール管理をしっかり。	💔	☺
29	FRI	注意力が散漫な日。うっかりミスや小さなケガが頻発しそう。今日はあえて丁ねいに動くように。	♡	×
30	SAT	アクティブなファッションが◎。スニーカーやデニムなどカジュアルダウンしたコーデが良さげ。	♥	👑
31	SUN	今日のあなたはハッピーモード。笑顔がキラキラ輝く日。表情豊かなあなたに男子はメロメロ。	♡	👑
6/1	MON	視野が狭くなりがち。周囲の意見にはきちんと耳を傾けて。見逃していた情報をゲットできそう。	♡	✎

Produced by age UN

5月大ジューシツテク

予定をたくさん入れるように心がけると大満足！

今月の
- ★ラッキーカラー：ネイビー
- ★ラッキースクールアイテム：ハンドクリーム
- ★ラッキーファッションアイテム：ジャンスカ

今月のおとめ座のカレ 恋叶テクつき!

カレは月の後半から恋したい願望がわき、じっとしていられないはず。気になるカレに遠慮せずに、自分から連絡するよう心がけると仲良しになれる予感だよ。

今月の星座相性

相性 ◎ やぎ座 ｜ しし座 相性 ×

♥＝ラブ運好調　♡＝ラブ運まあまあ　💔＝ラブ運不調　★＝ラッキー100%DAY!　✎＝勉強運好調　📱＝LINE運&電話運好調　☺＝友だち運好調　$＝おこづかい運ラッキー!　×＝要注意DAY!　👜＝お出かけ運GOOD!　👑＝おしゃれ　人気運UP!

真央佑奈さんの

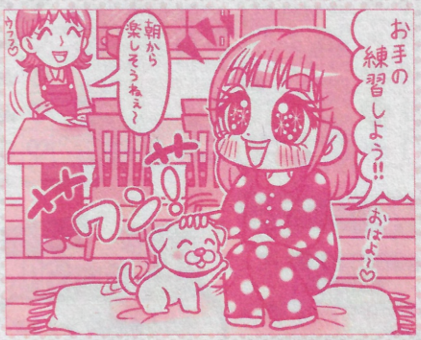
夢叶星占い!カレンダー

5/1 FRI ~ 6/1 MON

5月の てんびん座

9/23~10/23生まれ

好きなことを追求できそう。様々な男のコと仲良しに。



全体運 ★★★★★

睡眠時間を削ってでも好きなことに打ち込み、没頭することができそう。疲れにくく、スタミナ抜群。お休み中はおうちで気になっていた映画をまとめて見るのがオススメ。

恋愛運 ♥♥♥♥♥

恋愛では気軽に多くの男のコと、接点を持てそう。あなたの思い通りに進展していく予感だよ。お休み中に思い切ってイメチェンすると、急にあなたを気になりだすコがいそう。

1	FRI	友だちから悩みを打ち明けられたら耳を傾けて。一緒に解決策を模索することで、絆もぐっと深まるよ。	♥	☺
2	SAT	日頃の悩みを発散できる絶好の日。今日はひとり遊びがツイてるよ。おうちでゆっくり映画を見よう♪	♡	👑
3	SUN	持っていた物や、別の商品を買ってしまうなど、うっかりミスがありそう。買い物リストの確認を。	♡	✕
4	MON	普段と変わらないケアをしているのに、突然肌トラブルに見舞われそう。速やかに専門医に相談を。	💔	✏
5	TUE	チャレンジ運UP。新しいことへの挑戦もうまく行きそう。やりたいと思っていたことは行動して。	♡	✏
6	WED	チームの気持ちがひとつになり、作業能率がアップ。まとめ役になるとさらに士気が高まりそう。	♥	☺
7	THU	美しくなるための努力をするのに良い日。特に首のお手入れに力を入れると効果がありそうだよ。	♡	👑
8	FRI	あなたの冗談が大ウケしそう。でも人をけなすような表現はNG。みんなが楽しめるようにしよう。	♡	☺
9	SAT	今日は新しい出会いが期待できそう。知らない人を紹介されたら、明るくあいさつしてね☆	♡	📱
10	SUN	SNSや雑誌をよく見て。素敵な情報を入手できるよ。センスアップのヒントが見つかりそう。	♡	👑
11	MON	目標を高くし過ぎて、途中で息切れしがち。今日は一日でできることを、丁ねいにこなしていこう。	💔	✏
12	TUE	安いからといって不要なものまで買いがちな日。買い物するなら、ショッピングリストをつくって。	💔	✕
13	WED	あまり未来に目を向け過ぎると、実感が持てずやる気が出ないかも。一日のノルマを目標にしよう。	💔	✏
14	THU	笑顔が輝き、周囲の人の注目が集まりそう。スキンケアに力を入れるといっそう美が磨かれ、魅力的に。	♡	👑
15	FRI	あなたの明るいキャラがみんなから愛されているよ。盛り上げ役になって、思い切りはじけよう。	♥	★
16	SAT	食べ物の好き嫌いをなくすことが、健康運アップに。食べ過ぎに注意しながら、バランスよく。	♡	👑
17	SUN	キレイ好きが度を超えて、潔癖に傾きそう。少しの乱れも許せないと、疲れてしまうから注意。	♡	✏
18	MON	美容運が上昇、美しさを上げるコスメを発見できそう。でも今日は「笑顔」が一番のスパイス☆	♡	👑
19	TUE	友だちとの会話を大切にしたい日。よい刺激を受けられるほか、意外な情報を手に入れられる兆しも。	♡	☺
20	WED	日頃の疲れを解消したり、心のケアに目を向けると◎。アロマや音楽など、自分が元気になる癒しを。	♡	👑
21	THU	今日のデートや遊びはお金をかけずに楽しもう。シンプルな過ごし方で心身ともにリフレッシュ。	♡	$
22	FRI	衝動買いすると確実に後悔するよ。冷静に考えてもなお欲しいのなら、それはラッキーアイテム☆	♡	☺
23	SAT	何かを作ることにツキがありそうだよ。手芸や料理など、お気に入りのシュミになりそうな予感。	♥	📱
24	SUN	気になる分野のSNSを見てみよう。知識はもとより、新しい人間関係が生まれそうな予感だよ。	♡	★
25	MON	目上の人や先輩から、ためになるアドバイスをもらえそう。悩みや不安があるなら、相談を。	♥	☺
26	TUE	忙しさからストレスが溜まりそう。そのまま物事を進めるより、思いきって休養をたっぷりとろう。	♡	✏
27	WED	慣れているものこそ確認を怠らないようにしよう。ケアレスミスをしないように注意をしよう。	💔	☺
28	THU	常に感謝の気持ちを忘れないように。あなたのやりたいことを周囲が全力でサポートしてくれそう。	♡	☺
29	FRI	横のつながりが強くなるので、同期と考えを話し合うとよさそう。理想的な協力関係が築けそう。	♥	☺
30	SAT	いろんな予定を詰め込むのはNG。余裕を持ってゆったり過ごすようにするといいでしょう。	💔	👑
31	SUN	冷静な判断力で、物事の本質を見抜くようにしよう。周囲の言動に左右されないように注意を。	♡	☺
6/1	MON	行動的になれる日。やってみれば難なくやり遂げられるよ。後回しにしていたことは今日片付けて。	♥	☺

Produced by age UN

5月大ジューシツテク

無理に予定を入れず、マイペースなスケジュールが○。

今月の

★ラッキーカラー
ラベンダー

★ラッキースクールアイテム
ポーチ

★ラッキーファッションアイテム
カーディガン

恋叶テクつき! 今月の てんびん座のカレ

カレは恋愛にテンションが高く、追いかけられるより自ら アプローチをしたくなる運気。わかりやすいアプローチよりも彼を見つめて視線を合わせるのがオススメ。

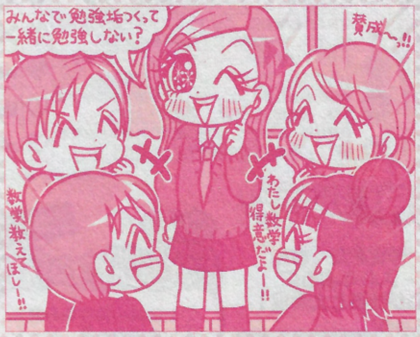
今月の 星座相性

相性 ◎ ふたご座 | おとめ座 相性 ☠

5月の さそり座

10/24~11/22生まれ

人付き合いが活発に。好きなコと二人で話せそう。



全体運 ★★★★★

人との交流が活発になって、円満な人間関係を築けそうな予感。あなたから友だちに呼びかけて、SNSのグループをつくるのがオススメ。中心人物になって輝けるよ!

恋愛運 ♥♥♥♥♥

好きな人以外には興味を持てなくなりそうな予感。気になるコと、二人で話せるチャンスがありそう。○○くんと一緒に過ごしたいと甘えるように話すのが効果的。

1	FRI	注意力が散漫になり、小さなミスを多発してしまいがちな1日。慎重な行動を心掛けると◎だよ。	💔	✏
2	SAT	マナーはいつも以上に気をつけて。悪気はなくとも、周囲からは厳しい目で見られることがありそう。	♡	☺
3	SUN	いつもは見ないネットショップを見てみよう。便利なツールや珍しいアイテムが手に入るかも。	♥	📱
4	MON	正直な気持ちを相手にぶつけても大丈夫。お互いの長所をほめあうと心地よく過ごせそう。	♡	☺
5	TUE	無意味な買い物をしてしまいそう。そのときは欲しいと思っても、後からいらなかったと気付くかも。	♡	✕
6	WED	特に理由もないのに、あまり体調が優れない日。なるべく癒しを感じる時間を作るようにしてみよう。	💔	☺
7	THU	あなたの能力に期待が集まるとき。リーダーを任される可能性も。自信を持って引き受けよう。	♡	✏
8	FRI	美容やシュミなど、自分磨きのためにお金を使うと◎。かけた金額以上に満足感が得られるはず。	♥	$
9	SAT	いつもよりおしゃれをしたい日。お家でファッションショーや、メイクの練習をするのも良さそうだよ。	♡	📱
10	SUN	周りを和ませる雰囲気のあるとき。グループ内のトラブルは、あなたが仲裁役になると◎だよ。	♡	☺
11	MON	ひらめいたことは忘れないうちにメモしておくと◎。気になる本の中から、新しいアイディアが。	♡	✏
12	TUE	軽い運動でリフレッシュするのがおすすめ。ダイエットは地道に進めるのが吉。長期計画を立てよう。	♡	👑
13	WED	美容法を研究してみよう。納得して熱心に取り組むことができるので、結果が期待できそうだよ。	♡	👑
14	THU	常識にとらわれすぎてトラブルの解決が遅くなってしまうかも。機転を利かせ、臨機応変な対応を。	💔	✕
15	FRI	今日のケンカは避けたい。仲直りのキッカケがつかめず、疎遠になってしまうかも。先に謝って。	💔	☺
16	SAT	今日はテンション高めで過ごすのが吉! おうちで推しのライブDVDを見て盛り上がろう!!	♡	📱
17	SUN	思い立ったが吉日。興味を持ったことを調べてみると◎。雑誌やテレビで情報収集してみてね。	♥	★
18	MON	集中力があるため、色々なことがスムーズにマスターできるはず。大きな自信につながりそう。	♡	✏
19	TUE	うまく会話に入れないと感じるかも。無理して輪に入ろうとせず、一人の時間を有効に過ごして。	♡	✏
20	WED	趣味を極めることが出来そう。マニアックになりすぎると、どっぷりハマり込んでしまうかも。	♡	☺
21	THU	今日は遠慮せず本音で会話することを心掛けて。友だちとの意見交換もきっと有意義なものに。	♡	☺
22	FRI	心身のバランスがとれ、穏やかに過ごせるとき。SNSを通じて、有効な情報も発見できそう。	♡	👑
23	SAT	非日常の空間がよい刺激を与えてくれそうな日。天体観測や、お部屋にプラネタリウムを作るのも◎。	♡	📱
24	SUN	お買いものの計画を立てるなら費用をしっかり考えて。適当だとあっさり予算オーバーなんてことも。	♡	$
25	MON	ヘアスタイルが雑になってしまいそう。鏡で頭のてっぺんからつま先までをよくチェックしてみて。	♡	👑
26	TUE	素敵な話を聞くことができそうな日。いつもはあまり交流のないタイプの人とも話をしてみよう。	♡	★
27	WED	視野が広くなっているため、今日のあなたはチームのまとめ役に最適そう。皆の意見をまとめて。	♥	☺
28	THU	ストレスやプレッシャーから、体調を崩してしまう可能性が。疲れを感じたら上手に気分転換を。	♡	$
29	FRI	突発的なアクシデント発生で予定していた課題が進まない予感。早めに周囲に相談をして。	💔	☺
30	SAT	仲間がオススメしてくれたヘアアレを試してみよう。いつもと違う自分になれて、刺激的な1日に。	♡	📱
31	SUN	ファッションセンスが上昇中! 靴やカバンなど、小物に自分なりのこだわりを取り入れると◎。	♥	👑
6/1	MON	気温の変化に弱いとき。体調を崩さないように、今日は体温調節をしやすい服装を心がけて。	💔	☺

Produced by age UN

5月大ジューシツテク

友だちにスケジュールを合わせると、喜ばれて人気者に。

今月の

★ラッキーカラー
ゴールド

★ラッキースクールアイテム
ローファー

★ラッキーファッションアイテム
ストラップパンプス

恋叶テクつき! 今月の さそり座のカレ

気になるコがいても、態度や言葉に表すのが控えめになりそうなカレ。気持ちを読み取るのは難しいかも。カレの好きなタイプを聞いてイメチェンするのがコツ。

今月の 星座相性

相性 ◎ うお座 | てんびん座 相性 ☠

♥=ラブ運好調 ♡=ラブ運まあまあ 💔=ラブ運不調 ★=ラッキー100%DAY! ✏=勉強運好調 📱=LINE運&電話運好調 ☺=友だち運好調 $=おこづかい運ラッキー! ✕=要注意DAY! 👜=お出かけ運GOOD! 👑=おしゃれ 人気運UP!

今月のNo1.星座

- ラブ運　やぎ座
- 友だち運　かに座
- 勉強運　しし座
- おしゃれ運　うお座

今月のお誕生日ニコモより Happy Birthday!!

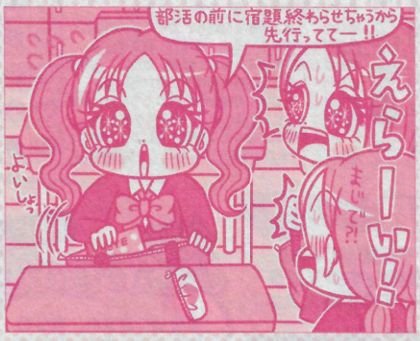
5/30 ワカナ

皆さんいつもたくさんの応援ありがとうございます！　私の今年の目標は表紙を飾ることと、Instagramのフォロワーさんを1万人にすること！　これからも目標に向かって頑張るのでみんな応援よろしくね♥

いて座

5月の 11/23〜12/21生まれ

コツコツ努力できそう。男のコからモテモテに。



全体運 ★★★★★

勉強や部活にコツコツ取り組み、周囲のコから信頼されそう。クラスの雰囲気が和やかで、楽しく過ごせる予感だよ。5月はダイエットに取り組むと成功できそう！

恋愛運 ♥♥♥♥♥

トレンドに敏感になってセンス抜群のあなたが、モテモテに。みんなの憧れている人と両想いになれそう。昨日見たテレビの話など、具体的な話題を持ちかけてみると○。

1	FRI	今日のあなたは明るく誰とでも分け隔てなく付き合えそう。クラスラインがまだないコはつくってみて★	♥	😊
2	SAT	先輩オススメの、新商品のおかしが吉。今まで経験したことがない味にワクワクしそうな予感だよ♪	♡	★
3	SUN	目上の人への反抗はタブー。人間関係に亀裂が。反論があっても、今はグッとガマンが正解。	💔	✏
4	MON	腰に要注意信号。特に身体を冷やすのはタブー。ちょっとでも違和感を覚えたら、マッサージを。	♡	👑
5	TUE	お金は自分のためでなく、家族や友だちなど大切な人のために使おう。相手の喜ぶ顔を見れそう。	♥	$
6	WED	周囲のステキな友だちに美の秘訣を聞き出してみて。美は1日にしてならず。あなたも刺激を受けそう。	♡	👑
7	THU	あなたの甘い部分をズバリ指摘され落ち込みそう。言ってくれる人がいるのは幸せなことだよ。	♡	✕
8	FRI	部屋の乱れは心の乱れ。気持ちが晴れないなら、部屋の掃除を始めてみよう。思いきって捨てて◎。	💔	👑
9	SAT	今日は人脈作りに徹すると良い日。全く違う世界に生きる人の話は新鮮で、新たな刺激を受けそう。	♡	😊
10	SUN	最近リリースされた新曲にドハマリしそうな予感。友だちにもすすめれば、喜んでくれそうだよ。	♥	📱
11	MON	レシートをチェックして支出を見直したり、クーポンや割引を活用したり、堅実にお金を使って。	♡	$
12	TUE	欲しいものがスムーズに手に入りそうな日。お安く手に入れられる可能性大なので、リサーチして。	♡	$
13	WED	ナチュラルな雰囲気のものが運気UPに。天然成分やオーガニック系のアイテムを要チェック。	♡	👑
14	THU	美容グッズにツキがありそう。普段のお手入れに美顔器を導入すると、悩みから解放されるかも。	♡	👑
15	FRI	しばらく連絡を取っていなかった友だちと楽しい時間を過ごせる日。メールや SNS で連絡してみて。	♡	😊
16	SAT	先生など目上の人とぶつかりそう。意見が違う時は、相手にぶつける前にひとりで冷静になって。	💔	✕
17	SUN	生活の乱れがお肌に出てしまう暗示。今日はおかしを控え、栄養たっぷりの食事をとるようにしてね。	💔	✏
18	MON	思いがけず価値観が合う人と出会えそう。興味のあることに関して最新の話題を集めておこう♪	♡	😊
19	TUE	ライバルと良い関係を築けそうな日。自分にないものを持っている相手は勉強になることも多そう。	♥	★
20	WED	身近な人からの棚ぼたが期待できる予感。親族から思いがけずおこづかいをもらったりな〜んて！	♡	$
21	THU	会話上手になるには相手の興味を引き出してみよう。共感力と想像力を働かせるのがポイント。	♡	😊
22	FRI	新しいチャンスを逃さないために、今抱えている課題は早めに済ませておくのが吉だよ。	♡	😊
23	SAT	友だちがオススメしていた動画を見てみよう。男子の友だちと話せる話題になりそうな予感だよ☆	♡	📱
24	SUN	インスタで話題のおかしづくりにチャレンジしてみよう。美味しいモノに囲まれて心が喜びそう。	♡	📱
25	MON	今日は笑顔で過ごすとツキを呼ぶ1日に。元気で明るいあなたの笑顔が周囲を和ませそうだよ。	♡	👑
26	TUE	ネットショップのセールの案内などお得な情報が舞い込みそう。不要なものまで買わないように注意。	♡	$
27	WED	家族からおこづかいをもらえちゃうかも。家族だから当然と思わず、感謝の気持ちを忘れずに。	♡	$
28	THU	言ったもん勝ちな運勢。何でも思いついたことは言ってみるとサポーターが現れるかも！	♡	😊
29	FRI	10年後のなりたい理想の自分を思い描いてみると、何にお金をかけるべきかが見えてきそう。	♥	$
30	SAT	ついつい目の前にあるものに手をだして、食べ過ぎるなど後悔する一日。1食は軽食を心がけて。	♡	😊
31	SUN	人に頼りすぎると、成長を逃してしまうよ。自分がやるべきことは、自力でやり遂げるのが◎。	💔	✏
6/1	MON	悩みは先輩に相談して。的確なアドバイスがもらえそう。勉強や部活での活躍の幅が広がりそう。	♡	😊

Produced by age UN

5月大ジューシツテク

流行の波に乗ると幸な日々をすごせそう★

今月の
- ★ラッキーカラー　サックス
- ★ラッキースクールアイテム　トートバッグ
- ★ラッキーファッションアイテム　スキニーパンツ

今月のいて座のカレ 恋叶テクつき！

いろいろなコと仲良くしたい気持ちが強い運気のカレ。友だち感覚で気楽に付き合えるのが喜ばれるはず。一対一にこだわらず、グループで話すのがオススメ。

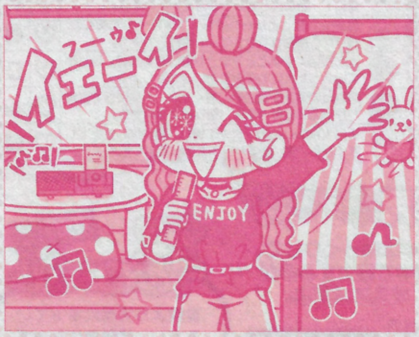
今月の星座相性

相性◎ しし座 ｜ 相性✕ やぎ座

やぎ座

5月の 12/22〜1/19生まれ

音楽運がバツグンに。恋はじわじわと発展しそう。



全体運 ★★★★★

音楽や芸術に縁がある運気。予定が埋まりやすく充実した日々に。おうちの中で好きな音楽をかけて一緒に歌ったり踊ったりすると、テンションが高く盛り上がれそうだよ！

恋愛運 ♥♥♥♥♥

純粋に人を好きになれそうな予感。日頃から接しているコの中で、じわじわと惹かれていく人が現れそう。好きなコにだけちょっと特別扱いすると、好きバレできそう♥

1	FRI	臨時収入があり、得した気分になれそう。今日のところは使わずに、貯金に回すのが◎。	♡	$
2	SAT	ショッピングでの散財に注意が必要みたい。友だちへのプレゼントは惜しまず使ったほうが◎だよ。	♡	$
3	SUN	詰め込んだ予定をこなせる日。シュミも勉強も自分磨きも欲張って計画して、思い切り楽しんで。	♥	📱
4	MON	集中力が冴え、勉強のスピードが格段に上がるよ。苦手な科目にも、積極的に取り組めそうだよ。	♡	★
5	TUE	ケアレスミスが多くなりそうな予感。特に提出書類は普段より念入りにチェックするようにしよう。	💔	😊
6	WED	うまく会話が弾まず、気持ちが滅入りそう。新たな出会いを求めず、信頼できる友だちと交流を。	♡	✏
7	THU	ずっと友だちになりたかった人と、仲よくなれるチャンス。きっかけを逃さないように注意しよう。	♥	😊
8	FRI	あなたらしさが、多くの人に認められる日。個性を思う存分に発揮し、のびのびと行動するのが◎。	♡	😊
9	SAT	今日はいまいちコーディネートが定まらないみたい。こんな日は無難なシンプルコーデが良さそう。	♡	✕
10	SUN	急な事情が発生、予定がキャンセルされる予感。ここは大人に構えて。別のプランで対応しよう。	💔	😊
11	MON	リーダーシップを取る方が向いているとき。他人に任せるよりも、自らが仕切ったほうが良さそう。	♡	😊
12	TUE	調子がよくダイエットを始めるなら今がチャンス。細かく計画を立てた方が効果が早く出るかも。	♥	👑
13	WED	チャレンジ精神が高まる1日。奇抜な発想で新しい取り組み方を試すと、よい結果が生まれそう。	♡	👑
14	THU	金銭的な不安が小さくなるはず。夢や将来のために貯金をはじめるなら今日からが◎だよ。	♡	$
15	FRI	堅実なお金の使い方ができる日。あなたの心を満たすものを買おう。部屋に植物を置くのも◎。	♡	$
16	SAT	今日はやりたかったことが全部できそうな予感♪優先順位をつけて、きっちり計画を立てると◎。	♡	📱
17	SUN	用事はさっさと片付けて、積極的にスポーツを楽しむのが◎。今日は姿勢を正してさわやかに歩いて。	♡	📱
18	MON	体調がイマイチ優れない日。ストレスが原因かも。アロマを焚いたり、ハーブティーを飲んでみて。	💔	✕
19	TUE	相手の言葉の真意を考えて落ち込みそう。気にしすぎても仕方ない！　神経質にならないで。	💔	$
20	WED	上から目線の態度は禁物。たとえ自分の主張が正しくても、相手に一歩譲るくらいの優しさを。	💔	😊
21	THU	勝負＆クジ運が上昇中！　欲を出さないことが勝ちにいくポイント。もうけた分は貯金しよう。	♥	★
22	FRI	体力に余力があるのでダンスなど、ハードなエクササイズに挑戦。今日から始めるのがオススメ。	♡	👑
23	SAT	和やかな雰囲気をあなたが壊してしまうかも。気がついたらすぐに謝って。誠実な対応が良い印象に。	♡	✏
24	SUN	手持ちの課題は、素早く片づけてしまおう。気持ちの余裕が、新たなアイデアにつながりそうだよ。	♡	✏
25	MON	相手の言葉に振り回されがち。どこかで一線を引いておこう。今後のためにもなるはずだよ。	♡	😊
26	TUE	チーム内で自分の役割を完璧にこなすように努めよう。大きな成功と、評価アップにつながるはず。	♡	😊
27	WED	ライバルとの関係に変化が。意外な共通点が見つかり、会話が弾みそう。気軽に話しかけてみて。	♡	😊
28	THU	人に乗せられて買ってしまったり、衝動買いをしたり。後悔の予感。買い物をするなら別の日に。	♡	✏
29	FRI	貸したままで忘れていたお金が突然返ってくるなど、ちょっと得した気分に。喜んで受け取ろう。	♡	$
30	SAT	シュミの SNS など人脈を広げられるような機会を逃さないで！　今後につながる出会いの予感。	♡	😊
31	SUN	今日はあなたの後を幸運がついてまわるよ。好奇心のまま、気の向くままに行動してみよう。	♥	📱
6/1	MON	気が散って、落ち着いて作業に取り組めない日。気持ちを落ち着けることを心がけてみよう。	♡	😊

Produced by age UN

5月大ジューシツテク

空いてる日がないくらいスケジュールを入れてみてね。

今月の
- ★ラッキーカラー　アプリコット
- ★ラッキースクールアイテム　スニーカー
- ★ラッキーファッションアイテム　ロンT

今月のやぎ座のカレ 恋叶テクつき！

恋は慎重になるカレ。周りの女のコを自分に合っているコか、細かい点までチェックしがちな運気。清潔感のあるよく気が利くコに惹かれるので、トークは聞き役まわろう。

今月の星座相性

相性◎ おうし座 ｜ 相性✕ みずがめ座

♥＝ラブ運好調　♡＝ラブ運まあまあ　💔＝ラブ運不調　★＝ラッキー100%DAY!　✏＝勉強運好調　📱＝LINE運&電話運好調　😊＝友だち運好調　$＝おこづかい運ラッキー！　✕＝要注意DAY!　👜＝お出かけ運GOOD!　👑＝おしゃれ　人気運UP!



5月の みずがめ座

1/20〜2/18生まれ

リラックスできる運気。ドラマチックな恋に。



全体運 ★★★★★

ほっとしたい運気。現状を変えるより、維持する方が自然体で心地よく感じるはず。無理に頑張り過ぎず、心と体をリラックスさせよう。家族でのんびり過ごすのがオススメ。

恋愛運 ♥♥♥♥♥

街ですれ違ったり偶然のハプニングに遭遇し、ドラマチックな展開が期待できるはず。気になるコにお休み中のすごし方について聞くと、そこから話がはずむ可能性も♪

1	FRI	あなたがいることでその場の雰囲気が華やかになりそう。明るい笑顔でムードメーカーになろう。	♡	😊
2	SAT	美容運が上昇、美しさを上げるコスメを発見できそう。でも今日は「笑顔」が一番のスパイス。	♡	👑
3	SUN	急な予定変更に振り回されそう。今日はあえて計画を立てず、一人で自由気ままにすごすのが良さそう。	♡	📱
4	MON	お得な買い物ができそうな日。ただし高額な商品は見極めが難しいので、購入するのは控えよう。	♡	$
5	TUE	一生懸命努力するあなたの姿を見て、協力を申し出る人が現れそう。スムーズに進行していくはず。	♥	😊
6	WED	常に前向きなあなたを周囲も応援してくれているよ。夢や目標に向かってチャレンジしていこう。	♡	★
7	THU	先輩との仲がイマイチでも、重要なことはきちんと相談を。会話がきっかけで関係が改善するかも。	💔	✏
8	FRI	疲れがたまり、風邪を引きやすくなっているみたい。風邪は万病のモト、早めにケアしてあげて。	♡	😊
9	SAT	SNS の同じシュミの人のアカウントを探してみて。普段は味わえない刺激的な時間になりそうな予感。	♥	😊
10	SUN	天体観測など、心がゆったりするような場所が吉。暗闇を照らすような光に心が癒されそうだよ。	♡	📱
11	MON	あやふやな態度で受け答えをするとトラブルに。自分の意思をしっかり伝えることで防ごう。	♡	✕
12	TUE	肌トラブルに悩まされている人は、不規則な生活が原因の可能性大。食事と睡眠の内容を振り返ろう。	💔	😊
13	WED	自分に自信が持てず、気付けば他人と比較ばかりしそう。今日はひとりで過ごし、リフレッシュ。	♡	✏
14	THU	チームより、ひとりで行動したほうが集中力がアップしそう。自分のペースで目標達成を目指そう。	♥	😊
15	FRI	髪を切ったり、コスメを買ったりと身だしなみにお金をかけるのは吉。好みの美容アカウントを探すのも◎。	♡	$
16	SAT	あれこれ手を広げず、ひとつの作業に集中するのが正解。思った以上の成果が出て大満足できそう。	♡	✏
17	SUN	今日はおうちで過ごす人も、ちょっとメイクをするなどおしゃれすると楽しめそう。素敵な1日に♪	♡	📱
18	MON	今日の主役はあなた。常に中心になって会話が繰り広げられるよ。あなたの魅力を存分に発揮して。	♡	😊
19	TUE	軽いスポーツで体を動かすのがよさそう。身体へ負担のない運動量で汗をかけば、ダイエットにも。	♡	👑
20	WED	あなたが持っている「話す」「書く」技術が、成績アップにつながりそうな予感がするよ！	♡	✏
21	THU	家族に頼られ、何かと忙しい一日に。日頃の感謝を示すつもりで、できる限り力を貸してあげよう。	💔	😊
22	FRI	女子の先輩と衝突してしまいそう。冷静になるように心がけて。引くべきところは引くほうが無難。	💔	✕
23	SAT	オルゴールなど、ロマンティックで素敵なものにツキがありそうな日。好きな人と話すのも…♥	♥	★
24	SUN	自然に触れ合うことで元気をもらえそう。ペットと一緒にのびのび過ごして、リフレッシュするのも◎。	♡	📱
25	MON	ライバルも含め、身近な人と良好な人間関係に。駆け引きしたりせず、素直な気持ちをぶつけて。	♥	😊
26	TUE	会話がうまくいくので、あなたの思いどおりに物事を進められそう。積極的に発言してみて。	♡	😊
27	WED	興味の持てない人といる事がとても苦痛な日。今日は価値観の合う友だちと絆を深める日にしよう。	♡	😊
28	THU	日頃の疲れを解消したり、心のケアに目を向けよう。アロマや音楽など、癒しを見つけてみて。	♡	👑
29	FRI	あなたにとって有益な情報が、友だちとの何気ない会話の中に隠れているよ。積極的に話す機会を。	♡	😊
30	SAT	今日はお金に困ることはないはず。ただし、ムダ遣いを防ぐために余分なお金は持ち歩かないで。	♡	$
31	SUN	貯金など、粘り強くお金を貯められそうな日。夢や目標をはっきりさせることで、やる気を出そう。	♡	$
6/1	MON	新しい人間関係を築くのに最適。同じシュミのコと話してみて。気の合う友だちになれそうな予感だよ。	♡	😊

Produced by age UN

5月大ジューシツテク

予定のない日は頑張らずダラダラ過ごすのがオススメ。

今月の

★ラッキーカラー
ホワイト

★ラッキースクールアイテム
運動着

★ラッキーファッションアイテム
オールインワン

今月のみずがめ座のカレ 恋叶テクつき!

恋愛運に恵まれ、自分の気持ちにも素直に行動できる運気のカレ。恋が実りやすく、幸せを感じやすいよ。カレの好きなタイプを聞き出すと、両想いのチャンスが！

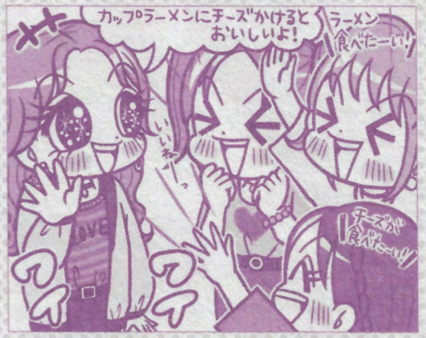
今月の星座相性

相性 ◎ てんびん座 | うお座 相性 ☠

5月の うお座

2/19〜3/20生まれ

人間関係がスムーズに。運命的な恋ができそう。



全体運 ★★★★★

色々なコに話を合わせられて人間関係がスムーズに。コミュニケーションが上手で、人当たりが良くなるよ。とくに服のシュミが合う友だちと仲よくなれそうな予感だよ。

恋愛運 ♥♥♥♥♥

直感でピンと来る運命的な恋に。自らアプローチすると成就する感触アリ。カレの様子で変化があった面を伝えると喜ばれ、キョリが縮まりそうだよ♪

1	FRI	気力が低下しがちに。軽いストレッチをして、深呼吸。思った以上にリフレッシュできるはず。	♡	😊
2	SAT	ひとつひとつを丁ねいに仕上げてみるといいかも。地味な作業の積み重ねが、あなたの能力を磨きそう。	♡	✏
3	SUN	流行のゲームやテレビ番組について会話を広げてみて。周りの空気が一気に盛り上がりそう。	♡	😊
4	MON	肌の潤い補給に力を入れると◎。外側からのお手入れに力を入れると、お肌がプリプリになりそう。	♡	👑
5	TUE	賢く節約できそうな一日。余計な出費を上手くおさえられそう。おこづかい帳をつけるのもオススメ。	♡	$
6	WED	なかなか本心を見せないあなたの態度が、周囲から反感をかいそう。本音トークでぶつかってみて。	♡	✏
7	THU	マラソンやサイクリングなど、アウトドアのスポーツにツキ。気分転換にもなり、リフレッシュ。	♥	👑
8	FRI	珍しく自分の意見を貫いてみるといいかも。あなたの発言や行動がよい結果を呼び込みそう。	♡	★
9	SAT	あなたとコミュニケーションを取りたい人がたくさんいそう。人との関わりを大切に、笑顔で対応を。	💔	😊
10	SUN	キレイになりたい！　と力を入れたお肌のスペシャルケアが裏目に出そう。今日は普段通りに。	♡	👑
11	MON	周囲から尊敬を集められそう。今日はユーモアのセンスがアップし、周りを楽しませられるよ。	♥	😊
12	TUE	どんなに小さなことでも、ひらめいたら形にしてみるとよさそう。新しい発見があるかも！	♡	✏
13	WED	健康や美容に関して友人から有益な情報が聞けそう。気になることがあれば、積極的に話題にしてみて。	♥	👑
14	THU	優柔不断な態度で相手をイライラさせてしまうこともあるので、意思をしっかりもとう。	💔	✏
15	FRI	ひとりでゆっくりする時間をとりたいとき。他人の考えに自分が左右されないようにしよう。	♡	✕
16	SAT	いつもより少しオシャレをしてみよう。あなたの普段とは違う魅力で周りからの視線も集中。	♥	📱
17	SUN	今日はひとりでゆっくり料理してみるのも良さそうだよ。感動的においしく作れちゃうかも !?	♡	📱
18	MON	少ない予算で、いい品物をゲットできそう。口コミを集めておこう。浮いたお金は貯金すると◎。	♡	😊
19	TUE	地道に努力を続けることがおこづかいアップの秘訣。すぐに結果は出なくても、ラッキーしそう☆	♡	$
20	WED	今日は後悔しない買い物ができそう。自分やペットのための出費は、さらなる運気アップに。	♡	$
21	THU	スキンケアを丁ねいにすると美肌が手に入れられそう。十分に保湿をしてみずみずしいお肌に。	♡	👑
22	FRI	親しい友だちと有意義な交流ができる日。みんなで盛り上がれる話題を調べておくと◎だよ。	♡	📱
23	SAT	肌荒れなどに悩まされているようなら、ストレスが原因かも。食事や休息など内側からケアを。	💔	😊
24	SUN	恋人や友だちと一緒にいても気持ちが沈んでしまいそうな日。素直に今の気持ちを相手に伝えてみて。	💔	✕
25	MON	穏やかに過ごすことを心掛けたい日。思い通りにいかなくても、周囲にあたるのはNGだよ。	💔	😊
26	TUE	あなたの能力の高さに注目が集まりそう。周囲のミスをあなたが未然に防ぐことができるかも。	♡	✏
27	WED	今日は何事もポジティブに向き合える力強い日。今日やれることは、今日のうちに仕上げてしまおう。	♥	★
28	THU	物事を見る目が確かなので、今日下す判断は間違いなし！　観察力と判断力が冴えわたりそう。	♡	✏
29	FRI	気がついたことはさりげなくフォローしておくと、周りから感謝されそうだよ。実践してみて。	♡	😊
30	SAT	人に親切にすることで幸せが呼び込める日。はじめて出会った人にも笑顔であいさつをしよう。	♡	📱
31	SUN	あなたの笑顔が魅力的に輝くとき。人間関係で気持ちがブルーになっても、乗り越えられそう。	♡	👑
6/1	MON	手に入れたいものが次々に現れ、買い物しすぎてしまうかも。買いものリストを作ってよく考えよう。	♡	😊

Produced by age UN

5月大ジューシツテク

前半はゆっくりして、後半で集中するのがオススメだよ。

今月の

★ラッキーカラー
パステルイエロー

★ラッキースクールアイテム
目薬

★ラッキーファッションアイテム
ハイネックカットソー

今月のうお座のカレ 恋叶テクつき!

普段より大胆になっているカレ。情熱的になって、好きなコには何らかの意思表示をしたい運気。会話の中でカレが何気なく出した話題をしっかり覚えておくと◎。

今月の星座相性

相性 ◎ かに座 | おひつじ座 相性 ☠

♥=ラブ運好調　♡=ラブ運まあまあ　💔=ラブ運不調　★=ラッキー100%DAY!　✏=勉強運好調　📱=LINE運&電話運好調　😊=友だち運好調　$=おこづかい運ラッキー!　✕=要注意DAY!　👜=お出かけ運GOOD!　👑=おしゃれ、人気運UP!

Supervisors/Dr.Enmi Sakiko, Dr.Hosono Kumiko, Dr.Masuda Tomoko Illustration/cake Design/cresc,

nicola 保健室 ★★2020年★★ 6月号

誰にも言えない! 心とからだの悩み

外に出られなくて、毎日家で過ごしてるコも多いよね。自分なりに家でできる楽しみを見つけて、一緒に今を乗り越えようね!! 保健室へのお悩み相談も待ってるよ～！

お菓子作りや おしゃれ研究… おうち時間で 自分磨き作戦!



自分のことを「ぼく」と言いたい

（中1・マヨネーズちゃん）

私は少し前から男装をしたいと思っていて、性格も男っぽいし、仕草や行動も男っぽいと言われます。家族の前で自分のことを「俺」や「ぼく」と呼びたいのですが、「私」としか言えません。私の心の中は女だけど、「男」みたいに生きたいし、「俺」や「ぼく」と言いたいです。どうすれば家族の前で言えるようになりますか？ そしてジェンダーレスってなんですか？ 私はジェンダーレスというものなのでしょうか、教えてください。

人が期待するように振る舞う必要はないよ。あなたの人生だから自分らしさを貫いて！

辞書によるとジェンダーレスとは、「社会的・文化的な男女の区別がないこと」を意味しています。ジェンダーというのは、生物学的な性別とは異なり、社会の中で期待される「男性らしさ」「女性らしさ」のことで、その、社会から期待される「男性らしさ」「女性らしさ」を超えるスタイルが、ジェンダーレスだと言えます。

最近はテレビなどに出る人たちの中にも、ジェンダーレスと言えるようなファッションやスタイルを持っている人がいますよね。中には、自分の生物学的な性別に対して違和感を持っている人もいますが、必ずしもそうではなく、自分らしさの表現としてジェンダーレスのスタイルを貫いている人もいます。

マヨネーズちゃんにとっても、男性的な仕草や言葉遣い、ファッションをすることが自分らしく感じるのでしょうね。そして社会的に「女性らしい」と期待されるようなファッションや振る舞いをすることに対して、違和感があるのでしょう。あなたはあなたのままでいいと私は思います。マヨネーズちゃんが自分らしいと思えるファッションをすればいいし、言葉遣いをすればいい。人が期待するように振る舞う必要はない。マヨネーズちゃんの人生はあなたのためにあるのだから、と思います。

人が当たり前と思うことと違うことをすれば（例えば、女の子が「俺」や「ぼく」と言うとか）、変な目で見る人はいるでしょう。やめさせようとする人もいるかもしれません。でもマヨネーズちゃんは自分らしさを貫いていいと思います。もし変な目で見る相手が、マヨネーズちゃんにとってあまり大切な人でなければ、放っておきましょう。でももし、それがマヨネーズちゃんにとって大切な人だったり、マヨネーズちゃんが理解してほしいと願う相手だったりするのであれば、きちんと説明して分かってもらえるように努力してみてはどうでしょう。「これが自分らしいスタイルで、社会が期待するようなスタイルに合わせることは私には違和感がある（苦痛な）のだ」と。きちんと説明しても理解してもらえないかもしれないけれど、それは仕方がないことです。相手の気持ちは相手のもので、マヨネーズちゃんがコントロールできることではないからです。

マヨネーズちゃんが家族の前で「俺」や「ぼく」と言えないのは、家族のことをがっかりさせたくないと思っているからかもしれませんね。でも理解してほしいと望むなら、きちんと説明して、理解してもらえるように努力することは必要です。その上で、マヨネーズちゃんは自分のスタイルを大切にしたらいいのではないでしょうか。（臨床心理士・桝田智子先生）



生理の日のお泊まりに困ってます!

（中2・レモリーナちゃん）

宿泊旅行と生理が重なってしまうことが多くて困っています。特にホテルの部屋にお風呂がなくて温泉などの大浴場に入るしかない時があるのが嫌です。人に経血やナプキンを見られてしまって生理だとバレないか心配で、せっかくの温泉を楽しめません。タンポンは入れるのが難しいので使ったことがありません。薬などはできるだけ使わずに温泉旅行を楽しめる方法はありますか? 血をなるべく誰かに見られないようにするにはどうすれば良いでしょうか。

経血量や体調を考えて入浴してね。時間をずらして入るのもあり!

そもそも生理（月経）中に温泉に入っていいの?と思った人もいるかもしれませんが、医学的には問題ありません! 細菌が膣（ちつ）に入って炎症を起こす可能性はほとんどなく、湯船のなかに血が流れ出ることはありません。でも、湯船の外では血が出てしまうこともあるので、特に公共の場である大浴場では、まわりの人のことも考えなければなりません。

生理はバレたらいけないことではないし、生理の血は汚いものではないのですが、いろいろな人がいるので、なかには、生理中の人が温泉に入ることを不快に感じる人がいたり、「生理中の方は入浴を控えてください」という決まりを設けている施設もあります。そういう決まりがなければ、その日の経血量や体調を考えた上で、マナーを守って気持ちよく入れるといいですね。例えば、なるべく人が少ない時間に行く、ナプキンを直前に替えてから行く、血が流れたらすぐに湯水で流す、浴場から出るときは汚れがないか確認する、などです。（タンポンは血が多い日の方が入れやすいので自宅で練習しておくのがおすすめです!） また、生理中は普段よりのぼせやすかったり、立ちくらみを起こしやすかったりするので注意しましょう。

もし修学旅行などで大浴場に入りたくないのに入らなければいけない状況があったとしたら、それはいけないことです。入浴時間をずらす、個室のシャワーを使えるようにするなどで対応してもらえるかもしれないので、先生や家族、友だちに伝えてみてください。生理について話すことに抵抗を感じる人もいるかもしれませんが、レモリーナちゃんのように悩みを持つ人はたくさんいます。まわりの人も思いやりの気持ちをもって、プライバシーを大切にしましょう。

旅行や受験にかぶらないように生理を移動する薬（『ピル』と呼ばれています）が必要と感じたら、産婦人科などで気軽に相談してくださいね。（産婦人科医・遠見才希子先生）





脇が黒いのが気になる…

（中1・めぐちーちゃん）

私は、脇が黒くて嫌です。剃っても脇が黒く目立っているのでとても気になります。どうしたら黒くなりますか? おさえる方法を知りたいです。

摩擦を避けて、紫外線カットでケアを。目立つ毛はハサミでカットがおすすめ。

黒ずみは汚れや垢（あか）、切れたり埋没した毛、メラニン色素の沈着などから起こります。メラニン色素は摩擦や紫外線で増えてきます。腕を動かすと脇は自然に擦れて黒ずんできます。汚れがたまっているからとゴシゴシ洗うと逆効果です。擦りすぎないようにシワの間を石けんの泡でそっと洗いましょう。指の腹を使うと安心ですよ。そして洗ったら乳液で保湿しておきましょう。脇にも紫外線があたることがありますから外出時には日焼け止めを忘れないで下さいね。サッパリした乳液タイプならぬりやすいです。

また、この季節は脇毛の処理をしたくなりますが、中学生なら目立つ毛だけハサミでカットするとよいでしょう。毛が多くてカミソリを使うなら脇用の安全なカミソリを用いて下さい。クリームをぬってから剃ると肌を傷つけません。同じ所を繰り返し何回も剃るとその摩擦で黒ずみます。刃が切れなくなる前に新しいものにかえましょう。剃る回数は多くても週に1回、伸びて気になった時、腕が出る服を着る日の前だけと決めて下さいね。シミに効くビタミンCは少しずつでも毎食とりましょう。眠くても早起きして朝ごはんに果物やジュースをとれば健康できれいな肌になります。すぐには白くなりませんが習慣づけましょう。（皮ふ科医・細野久美子先生）



がんばれLETTER

同じ悩みを持って乗り越えたコからのアドバイスだよ!!

nicola4月号 MGALOVEちゃんへ

「大事な行事のときにトイレが近くなる!」

のんちゃんより

私も卒業式の練習や苦手な教科に限ってトイレが近くなります。一度、授業中にトイレに行った時にみんなの視線が私に集まって、とても恥ずかしい思いをしたことがあります。それが原因で苦手な授業の時にはどうしても「またトイレに行きたくなったらどうしよう」と考えてしまいます。なので、私は時間割りを見て、苦手な授業の時間に合わせてトイレに行っています。トイレに行っておくと、授業中に少し楽になります。どうしても意識してしまうなら、担任の先生などに相談して、ドアに近い席に座らせてもらうなどしましょう。同じ悩みを持っている人がいてうれしいです。お互いがんばりましょうね。

nicola3月号 わかちゃんへ

「お肌が乾燥してしまうんです」

さーやちゃんより

こんにちは! 私はわかちゃんさんより年上ですが同じ悩みを持っています。私もすごい乾燥肌で、私の場合はかきむしりの跡がヒドく、足なんか毎年キズだらけ…。手は皮ふが裂けてとっても痛いです。毎年、薬局でハンドクリームとヒビ跡を隠す薬を買っていましたが、薬局のお姉さんがとってもいいハンドクリームをすすめてくれました。商品名を書いておくので、よかったら試してみてください。商品名は「ディナクレール」と言います。いろんな種類がありますので、テスターで自分の肌に合うのかテストしてから買ってみてください。お値段はちょっと張りますが、試す価値はあると思います。

ニコラ保健室への相談の送り方

ニコラ保健室では、ひとに相談しにくい体や心の悩み・疑問に答えます! なんでも相談してね。郵送のほか、FAX、メールでも受け付けてるよ。編集部から直接連絡がいくことはありませんが、命や犯罪にかかわる重大な相談の場合のみ連絡をすることがありますので、住所・電話番号・学年・本名・ペンネームを一応書いてね。他の人（家族にも）には絶対に秘密を話しません。安心してね。

お手紙 〒162-8711 東京都新宿区矢来町71 新潮社 ニコラ編集部 保健室係

FAX 03-3266-5576 ※紙の一番上に「保健室係」と大きく書いてね!!

メール ニコラネット http://www.nicola.jp のトップページから送れるよ

ケータイ・スマホからも相談できるよ!

メールの件名には「ニコラ保健室」と忘れずに書いてね! メール本文に本名、ペンネーム、住所、電話番号、学年を書いてこのアドレス↓に投稿してね!

health@nicola.jp

その他にもこんなお手紙募集!

がんばれLETTER & MAIL募集!!

同じ悩みを持った人、乗り越えた人からのメッセージを大募集!

あて先は上の相談と同じだよ!

お悩みに答えてくれた先生

遠見（えんみ） 才希子（さきこ）先生
産婦人科医
ニックネームは「えんみちゃん」。性に関する講演会を700以上の学校で開催している。女の子のママとしても奮闘中。

細野（ほその） 久美子（くみこ）先生
医療法人弘仁会 藤田医院
じっくり相談にのってくれる、アクティブで心優しい皮ふ科の先生。子どもはもちろん、動物も植物も大好き!

桝田（ますだ） 智子（ともこ）先生
関内カウンセリングオフィス
心やからだの悩みごとについて、話を聞いて優しく相談にのってくれる心理カウンセラーの先生だよ。



アムです！
とっても仲良しなんだ
私にはかわいい妹がいるの～♡
―ある日の放課後―
ユラとのいつもの待ち合わせ場所にむかうとき
事件は起こった…
くんくん
血!?
血のニオイがする!!
そう、私はとんでもなく鼻がきくんです
…ユラ!?
新ニコラ学園物語
SINCE 1997
鬼滅の学校
きめつのがっこう
第139話
原作ニコ読 Rinnaちゃん
ニコ学に鬼が出た。襲われたのはアムの最愛の妹・ユラ。ユラを人間にもどすべく、
アムたち鬼倒団が立ち上がる！　姉妹の愛で鬼の悲しく凍った心を溶かすことはできるのか？
撮影:藤井大介　スタイリスト:大橋美紀　ヘアメイク:赤川恵　出演:深尾あむ、近藤結良、野口義斗、林芽亜里、小原唯和、町田恵里那　構成:山崎永美子
デザイン:梅本真衣、千葉菜摘[WHITE AGENCY]　※この物語はフィクションです。登場する人物、団体、地名などは実在のものとは関係ありません。
※クレジットのない衣装は私物です。　エリナ★肩あきトップス¥2197／スピンズ
登場人物
中3・アム
妹のユラを最も大事にする深尾家の長女。高い身体能力と精神力を持ち、驚異的に鼻がきく。
姉妹
幼なじみ
中1・ユラ
家族の愛に恵まれてすくすく育った、街でもウワサの美少女。アムとの登下校が一番の楽しみ。
中3・ヨシト
一人で悩みを抱えるアムに寄り添ってきた。ドッジボールは百発百中。視力は奇跡の5.0!
中3・オオカミ
こう見えて中は女子らしいが、アツくなるとガーリーを忘れる。人並外れた聴力を持つ。
町田先生
セクシーで男子を惑わせる教育実習生。見た目にこだわり、プライドが高いのには秘密が…。
中3・ユイト
クラス1のチャラ男子で、最近は町田先生にメロメロ。授業中はもれなく睡眠時間。
天狗
鬼を倒す「鬼倒団」を率いる謎の男。鬼のいるところに不意に現れ、手を差し伸べてくれる。
!!
ユラ!!
ドォッ
様子がおかしい…
ギャー!!
鬼!?
そうだ！この街には美少女が鬼に食われてしまうという伝説があった―
まさかユラが…
た、食べられる…
ぐわあぁー
トォォォォ!!
バチーン!!
日に当たらぬようこの段ボールに入れておけ
鬼として目覚めぬようにな
天狗…
ドォッ
たしか、天狗が鬼退治をする集団を育成してるって聞いたことがある
私はどうしたら…
妹を助けたいなら修業をして鬼倒団へ入るのじゃ
このおなごはお前の妹か
はい！
こうして私の修業は始まった
おりゃあああああ
もっと速く！
全集中
上ばきの呼吸
そこには
ひときわ輝く少年がいた
ヨシト!!
ズバッ
隣のクラスで幼なじみのヨシト
イジワルにたえててエライね
アムは強い子だ、本当にスゴイよ！
いつも私を励ましてくれた
小さい頃からやさしくて
ヨシトは昔も今も強い。私もがんばんなきゃ
ユラ、人間に戻してあげるからね！
アナタの声が聞こえるわ
妹さんを鬼にされちゃったのね
まだまだ!!
オオカミ!?
うん！
アム、強くなってるね！一緒にユラを助けような
私耳がいいのよろしくね
どうしてそれを？
こうして仲間を増やし、私たちは修業にはげんだ
ユラ
待っててね
この定規を鬼の急所に命中させれば肉体を傷つけることなく、鬼としての魂を滅ぼすことができるという
こうして私たちは認定の定規を手に入れた



学校
今日から教育実習の先生が入ります〜
こんにちは、町田です みんなよろしくね
うわ〜美人〜!!
ここで静かにしてくれ
しばらく授業は受けれないけど必ず助けるから
キッ
休み時間
ねぇ、教育実習の町田先生大丈夫?
アム!
あ、2人
俺も登校するとき遠くで見えたんだけど、
アレ鬼だろ
やっぱそう思う?
これ以上被害が出ないように見張ってるよ!
グッ
そして何事もなく3日が経過した…
フフッ
そろそろ油断が出てくるころね
授業中
今日は1人ずつ、指して回るわよ
指された人は英訳してね
今日も町田先生セクシーだな?
ありがと♡
ぽ〜
ピタッ
あら?
ビクッ
あら さっきまで私のことホメてくれたのに
なんで居眠り?
起きなさい!!
この段ボールは
何?
ちょっと荷物が入ってて
ふぅん
まさか
人とか入ってないわよね?
ももちろんです
ニヤリ
ギクッ
ブチッ
ギー
あっ!しまった
ウウウ…
ガサガサ
!!!
グワァァァァァァー!
ガッ
キャーッ
やめろ!
ユラにふれるな!
ドン!!
グワァァァ!
アッ!
みんな逃げて!!
バタバタ
なんでお前鬼なんか段ボールに入れてんだ!
オレは腹ペコなんだ!
全集中 上ばきの呼吸 壱の型!!
ガッ
痛っ!!
くっそ、目が見えねぇ!!
もうダメかも…
ごめん、ユラ!
うぅぅ
うおおお!
ウォォォォォォン
全集中 遠吠えの呼吸 弐の型!!
脳が
破壊される!
ガクッ
アム!今だ!
私も入れて〜
くっ
傷!!
うおおおおおお…
しずまれ!鬼!!
バコーンッ
倒した…のか?
?
あれ… みんなは? 町田先生?
むくり
ホッ
みんな!
鬼の魂は抜けたみたい
狛のもの、大変だったな
天狗師匠!
黒幕は町田先生じゃ
やっぱりだ!
私見ました! 先生がユイトにツメを立てるのを
倒すべきは町田先生…
あの鬼!
さぁ!行くぞ!!
!!
ガルル…
封印の術!!
…今の戦いを見て ユラの中の鬼が目覚めてしまったかもしれん
念の為 封印しておこう
ユラ、とじこめてゴメン
でも、すぐに助けるから!
ウゥゥゥゥゥ!!





原作者のRinnaちゃんにはサイン入り写真をプレゼント!





ニコ㋲&ニコ読
大注目作品No.1!

きめつのやいば
鬼滅の刃

KI ME TSU NO YAIBA

にハマるコ急増中!!

子供から大人までハマりまくる人が急増している『鬼滅の刃』。
今知らないと正直やばい！ まだ知らないコはこの機会に
『鬼滅の刃』を知って、一気見するのもアリだね♡

Design/Tanaka Kiyoka[ma-h gra]

鬼滅の刃ってどんな話なの？

「舞台は、大正。心優しき少年・炭治郎は、自分の留守中に家族を鬼に殺されてしまう。唯一生き残ったが凶暴な鬼になった妹・禰豆子を治すため、そして家族を奪った鬼を討つため、妹と二人で旅に出る。原作は『週刊少年ジャンプ』にて2016年から連載中。アニメは2019年に放送開始した。」






個性豊かな

鬼殺隊（きさつたい）の"柱（はしら）"たち

柱とは？

「古くより人喰い鬼から人を守ってきた鬼狩りの組織、『鬼殺隊』の最高位に立つ剣士達のことを"柱"と呼ぶ。」



炎柱（えんばしら）・煉獄（れんごく） 杏寿郎（きょうじゅろう）
炎のような髪を持つ剣士。常に快活な笑顔を浮かべ、はっきりとした物言いをする。



蟲柱（むしばしら）・胡蝶（こちょう） しのぶ
蝶の髪飾りを付けた女剣士。薬学に精通し「鬼を殺せる毒」を作り出した。



水柱（みずばしら）・冨岡（とみおか） 義勇（ぎゆう）
炭治郎が最初に出会う鬼殺隊士。炭治郎を鱗滝のもとへ導いた人物。



岩柱（いわばしら）・悲鳴嶼（ひめじま） 行冥（ぎょうめい）
僧侶のような風体で、背が高い。常に数珠を持ち念仏を唱えている。



恋柱（こいばしら）・甘露寺（かんろじ） 蜜璃（みつり）
非常に惚れっぽく、周囲のあらゆる人物にときめいている。



音柱（おとばしら）・宇髄（うずい） 天元（てんげん）
「派手」が口癖で、宝石がちりばめられた服や化粧が特徴の大柄な剣士。



風柱（かぜばしら）・不死川（しなずがわ） 実弥（さねみ）
身体中に傷跡があり、非常に短気で気性が荒い。柱の中でも鬼への敵意はずばぬけて強い。



蛇柱（へびばしら）・伊黒（いぐろ） 小芭内（おばない）
口元を包帯で隠し、白蛇を連れている。蛇のようなネチネチとした性格。



霞柱（かすみばしら）・時透（ときとう） 無一郎（むいちろう）
柱の中では最年少。いつもぼうっとしていて感情がつかみづらい。

応援したくなる!!

鬼滅のメインキャラたち！

鬼殺隊入隊後に炭治郎と共に戦う、炭治郎と同期の善逸、伊之助。
数々の任務を命じられ、炭次郎の妹・禰豆子と、共闘する仲間となっていく。



竈門（かまど） 禰豆子（ねずこ）
炭治郎の妹。鬼に襲われ、傷口に鬼の血が入り込み鬼に変貌してしまう。敵から炭治郎や他の人間を守るように動く。



竈門（かまど） 炭治郎（たんじろう）
鬼となった妹を人間に戻し、家族の仇討ちのため鬼狩りの組織である鬼殺隊に入る。



我妻（あがつま） 善逸（ぜんいつ）
炭治郎と同期の鬼殺隊士。極度の恐怖に陥ると眠りに落ち、別人のように頭の切れる性格へと変わる。



嘴平（はしびら） 伊之助（いのすけ）
炭治郎と同期の鬼殺隊士。常にイノシシの頭を被り好戦的な性格をしている。山育ちで触覚が鋭い。



この機会にもっと鬼滅の刃にハマろー♥

劇場版
「鬼滅の刃」無限列車編
2020年10/16公開予定!!
公開までにアニメをチェックしよう!!
Hulu、dTV、Netflix、dアニメストア、U-NEXT、Amazonプライムビデオ etc.…で見ることができるよ!!

鬼滅好きニコ㋲のおすすめポイント!!


ミナミ
とにかく面白い！ アニメとマンガでキャラの一面が変わって見えるところがあるからどっちもチェックしてほしいな！ 漫画の表紙も毎回カッコよすぎる！


セナ
物語の中で様々な形で家族愛が描かれていて、共感できるところが多い！ キャラクターそれぞれの物語がとても細かくて、ぜひアニメだけではなく漫画も見て楽しんでほしいな！


コハル
一人一人のキャラクターに個性があり、炭治郎たちの強さはもちろん、柱も強くてかっこいいのが魅力！ 鬼滅の刃は面白いだけではなく、感動する物語でもあるので皆さん、ぜひ！


マノカ
それぞれの鬼の過去まで細かく描かれているところが魅力的！ 涙あり笑いありで、心にグッとくる言葉もあれば、人間として学べるところも沢山あるところがオススメ！

中2は受からない…?

そう思っていた時期が私にもありました!!

“中2だから”ってあきらめかけているそこのキミ！ かつてのかとぅもそうだった…けど、今や愛されニコ㋲に!! 一体何が合格のカギだったのか、あきらめる前に一度読んでみて☆

オーデ受けたコ全員がサイン写真もらえる!!

令和初!

ニコ㋲オーデ カウントダウン

3.かとぅ

ニコ㋲オーデへ向けて不安を抱えたコたちを応援すべく、先輩ニコ㋲が実体験からアドバイス！今回は、受かりにくいとされている“中2”でオーデに挑戦したかとぅを紹介♪

Photo/booro[BIEI] Stylist/Shimano Mayuko Hair&Make/Tsuzuki Hikari Model/ Kato Saki Text/Okita Tomoko Design/slash
※クレジットのないものは全て私物です！



高1・加藤咲希(かとぅ)

すぐ活躍できるように“大人っぽさ”を意識した!!

オーデ合格時のかとぅ

いやいや受かったやーん!!

中2で受かるコのポイント テッテー調査してみた!!

かとぅ☆ビスチェ¥1639、リブタンクトップ¥1089、ラップスカパン¥1639（すべて一部店舗のみ販売、すべて5月中旬発売予定）／すべてAND24LOVELY（GU） イヤリング¥660／パリスキッズ 原宿本店 サンダル¥3190／T&P渋谷109店

オーデに向けてやったこと

かとぅの小顔&美脚マッサージ!

とにかく一番見られる、顔と脚のマッサージを入念に! むくみがとれてスッキリ～♥



まずは指でほぐす

① りんかくにそって、指の第二関節であごから耳下に向けて数回ぐいーっと持ち上げて!

② 指の第二関節を使って、首の左右の、耳下から肩に向かってリンパを流していく。

③ 目頭から目尻に向かって軽く力を入れながらほぐし、目まわりのむくみを取っていく。

小顔ローラーでマッサージ

④ 次は小顔ローラーを使って、①と同じように、フェイスラインをコロコロなぞる!

⑤ 首も②と同じように、耳下から肩に向かって小顔ローラーで挟むように、リンパを流す。

⑥ 目まわりや眉毛まわり、おでこも内→外へ軽くマッサージすると、顔がほぐれてきた～♪

かっさを使ってラストスパート!

⑦ かっさのへこみ部分を使い、フェイスラインにそって、あごから耳下へ向かって流す。

⑧ 次はかっさの大きくカーブした部分で、⑦と同じようにフェイスラインを流していく。

⑨ そのままカーブ部分で、鼻横からこめかみに向かって内から外へ、ほほをほぐしていく。

⑩ かっさのへこみ部分がほお骨にそうように、こめかみへ向かって内から外へほぐす。

⑪ そのままへこみ部分で、首の左右の、耳下から肩に向かってリンパを流していく。

⑫ 最後に、へこみ部分で眉毛をはさむようにマッサージ。これでかなり顔がスッキリ☆

ふくらはぎをもみほぐし



① 足首から上へ向かってゆっくりと、両手のこぶしでふくらはぎをはさむように流す。

② 両手でふくらはぎをつかみ、親指に力を入れながら、ねじるようにマッサージする。

③ 仕上げに、ローラーでふくらはぎを下から上に向かって流す。スネも一緒にコロコロ!

かとぅの美脚ケアアイテム

ピゥの乳液は美白効果があるので脚にぬってます。ニベアは乾燥しがちなひざやかかとに、カッサンドラのローションは、ローズの香りがするので撮影前日とか特別な日につけるよ♥

マンションの階段を上り下り

週3～4回、かかさず階段ダッシュ!! マンションですれ違う人たちにはよく驚かれてた! 笑

筋トレ本を買ってトレーニング!

運動がほんとに苦手だから、運動オンチでも簡単にできそうな本を読んで筋トレに挑戦!

そもそもなんで受かりにくいって言われてるの?

同学年のコの間に入ってすぐ活躍できないといけないから!!

でもそれができれば中2なんてまったくハンデじゃない!!

かとぅが“中2合格”した理由



1. 大人っぽくて憧れ感があった!!

もともと大人っぽい顔だったこともあり、憧れ感もあって、二次審査から注目されてた!

服装を大人っぽくした!

肌見せしたり、黒など落ち着いた色の服を着たことで、子どもっぽさを出さなかった!

落ち着いた感じを出した

物静かな感じが大人っぽく見えてたけど、ホントは緊張しい&人見知りなだけだったという笑

2. 笑顔がキレイだった!!

笑顔はもちろん、いろんなバリエーションの表情ができたから、「おっ」と思ったよ♥

どうやって練習したの?

スマホを見るとき、ほおづえついたりだらっとしてたので、指で口角をあげるようにしたよ♪

3. ポージングがスムーズ!



ニコラを見ながらかわいいと思ったポージングにはふせんを貼って、鏡の前で毎日練習!

4. 全身のバランスがよかった!

全体的にメリハリのあるいいバランスだった!「どんな服も着こなせそう」と好評価!!



実は155cmしかなかった!

小柄なのに小さく見えないのは…

顔が小さい&細すぎずキレイなスタイルだから!

左でかとぅの小顔&美脚テク紹介!

ニコ㋲になってこんなことがよかった!! かとぅ編



好きなことが発信できて仲間が見つかる!
推し仲間(?)が増えました。ファンの子と話せるきっかけになるから、ヲタクでよかったぁぁって思ってます!!

女子力が上がる♡
コスメとかあまり使ったことなかったけど、ニコ㋲になってからいただいたりして使う機会が増えて、前よりも女の子らしくなれたかな…。

週末が楽しみになる!
部活もしてなかったし、週末は暇すぎて逆に嫌いになりかけてたけど、ニコ㋲になってからは撮影のある週末が好きになった! 楽しみで待ち遠しい♥

ファンが大好き!
こうやって加工してくれたり、DMで色んなことを報告してくれたり、好きって伝えてくれたり…嬉しい毎日を送ってます!

この連載についている券を集めてニコ㋲オーデに参加すると、プレゼントでもらえるニコ㋲のサイン写真がグレードアップ! P57の応募用紙に貼ってね♡

ニコ㋲オーデ プレゼント券 6月号

マホカナのなかみ。

100の質問。

Maho Kana

仲いいのにベッタリじゃない。たま〜にライバル意識だって燃えている。だけど、やっぱ一番落ち着く、そんなおうちみたいな存在。お互いをそう語るマホカナの生態、100質で暴く♥

Maho & Kanami Talk theme

似てる！？　いや正反対！？

Ⓜ＝マホ　Ⓚ＝カナミ

START! Q.001 家族構成は？

Ⓜ パパ、ママ、お姉ちゃん3人、じーちゃん、ばーちゃん、ネコ1匹、犬1匹とマホ

Ⓚ お父さん、お母さん、お姉ちゃん、弟と私

Q.002 自分で思う自分の生態

Ⓚ こだわりが強くて面倒くさい人かな？　自分にも人にも、こうじゃなきゃイヤってゆずれないことが多い

Ⓜ マホもそう！　人に押し付けて面倒くさがられる笑。マイペースだから？

Q.003 口ぐせは？

Ⓜ まいっか。忘れた。お腹すいた。やっぱいい。

Ⓚ「なんだろ？」ってよく言いますね

Q.004 お姉ちゃんとどこに出かける？

Ⓜ 出かけないです。1人は大分にいるし、残りの2人とはタイプが違うんで

Ⓚ 私は出かけるのはほぼお姉ちゃんと。新宿とか渋谷行って、お姉ちゃんのお買い物に付き合ってあげる感じ

Ⓜ カナミは買わないの？

Ⓚ お姉ちゃん、自分の買い物が遅いくせに、私の買い物を待ってられないの！　だから自分のものは一人で買いに行く！

Q.005 今までで一番おいしかった食べ物は？

Ⓜ 梅ねりと（マックの）ポテト

Ⓚ 確かに美味しいけど、人生イチだよ？　私は岩ちゃんのサインのある（六本木の）焼肉屋さんの冷麺だけどね♡

Ⓜ あー、そういう系？　じゃあ新大久保の民俗村のチーズもちチヂミと韓国の玉子キンパ

Ⓚ あれは感動したね

Q.006 いま一番行きたい場所は？

Ⓚ ハウステンボスと韓国

Ⓜ マナが修旅で行ってたシンガポール

Q.007 毎日のルーティンは？

Ⓜ リファで顔をマッサージしてメディキュットをはく

Ⓚ 寝る前と寝起きのラジオ体操。第1〜第3をローテで。一日の区切りとしてやって、生活のメリハリをつけてます

Q.008 なんでそんなに大人っぽいの？

Ⓜ 年齢的に骨格が変わったのかも

Ⓚ 私も骨格変わった！　あと、前髪を薄くするという方法を知りました

Ⓜ 前髪薄くするとあか抜けるよね

Q.009 新しい友だちに話しかける方法ある？

Ⓚ 始業式で最低1人は話しかけやすそうな人に声をかけて、よかったら一緒にいよう！って言っちゃう

Ⓜ「私はどこ小？とか定番ネタで話しかけたかな」

Ⓚ マホは人見知りだからね。私は中1の入学式で16人に声かけたよ♡

Q.010 ペット飼ってる？

Ⓜ おデブで私になついてくれないネコのニャーのことを、ばーちゃんは操れます。あとジャーマンポインター（犬）のベル。最近触ってないな…

Ⓚ 昔ブレンドって名前のチワワを飼ってたよ。でもその後、カナミが動物の毛アレルギーとわかり、新しくペットは飼えないの。ぴえん

Q.011 よく食べる食べ物は？

Ⓜ 納豆、ヨーグルト

Ⓚ 納豆、木綿豆腐

Q.012 小さい頃はどんな子だった？

Ⓚ 耳にビーズつめたり、ベッドから落ちて救急車呼ぶような天真らんまん女子

Ⓜ 私もケガが多くて、机から落ちて骨折、ドッジボールして骨折…

Q.013 いつも笑顔の理由は？

Ⓜ イラッとしてるのを顔に出さない！

Ⓚ でもあとからめちゃくちゃ言う！笑　だけどその時の顔もイヤ〜な顔にならないからマホはすごい。私の場合、ツボがめっちゃ浅いから♥

Q.014 モチベが上がらないときや悲しいときの気分の上げ方は？

Ⓜ 寝てリセットする！　起きたら新しい1日の始まりだー

Ⓚ お母さんが漬けたたくあんと炊き込みご飯を食べると元気が出ます





Maho & Kanami Talk theme

ホントに仲いいの？　マホカナの友情事情

100 QUESTIONS
MAHO WAKABAYASHI
KANAMI KOBAYASHI

Q.015 どのくらい仲良しですか？

Ⓜ 話すことないときは、ほんとしゃべんないよね

Ⓚ 韓国では姉妹ゲンカみたいなことしたし

Ⓜ マホ、集中してると返事が適当になっちゃうからごめんなさい！

Ⓚ まあお互い様だけどね。二人ともマイペースの乱し合いしてる感じw

Q.016 撮影がない日も一緒に遊んだりしてるの？

Ⓜ 東京と佐賀だから普段は遊べないけど、この間は予定決めてディズニー行ったよね

Ⓚ あと撮影が1日空いたときはお台場行ったよ〜

Q.017 お互いのいいなと思うところは？

Ⓜ コミュ力がうらやましい

Ⓚ 濃い顔もいいし、あと予想を裏切る行動をするのもおもしろい

Q.018 一緒にいて楽しかったエピソードは？

Ⓚ ディズニー行くときお泊まりしたんだけど、マホが温泉好きだから行こうってなって、10分でしたくして、20分歩いて行った！

Ⓜ 思い立ったらすぐ行動な2人w　あとは韓国ロケ

Ⓚ より一層気をつかわない間柄になりました♥

Q.019 おそろいのもの何がある？

Ⓜ スマホケースとバッグ

Ⓚ あとディズニー行く用に買ったキルシーの服

Ⓜ WEGOのレザーミニもたまたまおそろいだよね

Ⓚ 似てるもの買いがち説w

Q.020 お互いに絶対負けられないことは？

Ⓜ ニコモをかわいく撮ること！

Ⓚ 顔が薄いから、何にでも変身できる！

Q.021 毎日LINEしてるの？

Ⓜ Ⓚ してません！　仕事の業務連絡のみw

Q.022 最初どうやって打ち解けたの？

Ⓚ 最初は一緒の撮影が少なかったし、お互い同期モといることが多かったよね。

Ⓜ で、いきなり2人企画で半強制的にw　さらにニコ★プチから3人も上がると聞いて一気に強まったよね

Q.023 お互いにライバル意識はありますか？

Ⓜ 常にはないけど

Ⓚ 常にあったらこの関係はないよね。でもファッションページ撮ってるときとかは意識するかな

Ⓜ そうだね

高1・若林真帆（わかばやしまほ）（マホ）

高1・小林花南（こばやしかなみ）（カナミ）



気が合いすぎてもはや空気!! ゆるゆるマホカナに

Photo/Fujii Daisuke Stylist/Shimano Mayuko Hair&Make/Tsuzuki Hikari Models/Kobayashi Kanami,Wakabayashi Maho
Text/Yamazaki Emiko Design/Tsubomoto Mizuki[WHITE AGENCY]
※クレジットのないものは、すべて私物です。

Q.031 オススメのプリポーズ教えて！

定番の小顔ポーズ！これ！

マホカナ♡

Q.032 おしゃ撮りするコツは？

Ⓜ 私服スナップ撮るときとかも親に言ってるけど、**水平に撮る！** 画角をナナメにしない

Ⓚ インスタのせるときナナメなのイヤだよね。自撮りはナナメになるけど。私は**SNOW**のキラキラ機能を使ってるよ

Ⓜ インスタのストーリーのフィルターもいろいろあっておしゃれだよね

Q.033 インスタの写真を撮るとき、場所はどう決めてるの？

Ⓜ **コーデはシンプルな場所で！** でもこの間、初めて地元の自然っぽいところで撮ってアップしたよ。探してみてね

Ⓚ 私は色が多い背景をお姉ちゃんが探してきてくれることが多いよ。**逆に背景がダサくなりそうなときは顔アップw**

Q.025 この世で一番好きなものは？

Ⓜ **食べること＆寝ること！** あと寝る前のYouTube

Ⓚ 3個もあるじゃんw　私はメイクしてる時間。あと**家族旅行も！**

Q.026 自分の好きなところ

Ⓜ 「友だちから鼻をホメられました」

Ⓚ 私も鼻。あと**くちびるに山がちゃんとあるところ。**そして2人ともおでこせまいよね。気に入ってはないけど

Q.027 休みの日は何してる？

Ⓜ 友だちとモールに行ってプリ撮って、**フードコート**でぐだぐだする！

Ⓚ ママとお姉ちゃんと車で代官山行ったり、代々木公園でバドミントンしたり。友だちとはライブ行ったり、小林家集合でランニングしたりもするよ

Q.028 休日のイケ散らかし方は？

Ⓚ 朝活する！　早起きして、ランニングして、朝9時くらいから吉祥寺行って歩き回ってカフェ入る

Ⓜ アップしないくせに手の込んだTikTokを撮る

Q.029 好きな芸能人は？

Ⓚ **藤井夏恋さん！** 顔、スタイル、性格全部好き！ 元ニコモだし♥

Ⓜ **ちゃんみなさん。** /ラップ調の歌が好き

Q.030 ふたりでハマってることは？

Ⓜ **Netflix**かな

Ⓚ あと**ASMRのYouTube！** 咀嚼音

Ⓜ はいはい。つくるたべるハナメさんとか、ゆまさんとかね

Ⓚ 国別のなんちゃってASMRみたいのもハマるよね

Maho & Kanami Talk theme
好みは似てる。けどやっぱり違う！

マホカナの好きなこと

Q.024 好きなこと、趣味、特技

Ⓜ 趣味はスマホのフィルムカメラアプリ『NOMO』で**写真を撮る！**

Ⓚ 私は**洋服やコスメ集め、**あと**自分磨き！**

Ⓜ 特技はいつでもお腹が鳴らせますw

Ⓚ 「チャパチャパ、ゴフゴフいうんですw　何かのオーディションで披露しなよ」

Ⓜ 「イヤwww」

Q.042 これ1点あればおしゃれになれるってアイテムは？

Ⓚ シャツワンピ！　ベルトで締めたり、ビスチェを重ねたり。工夫して遊べる **シャツワンピ最強説。**

Ⓜ **Gジャン**ですね。何より合わせやすいし、ダメージや色でおしゃれさも出せるから！

Q.043 服を買うときに気を付けてることは？

Ⓜ 同じ服がカブらないようにとは考えるけど、感動するほど欲しかったら買う！

Ⓚ 私も。あとおしゃれな人のインスタの端に写りこんでるバッグとか超見ちゃうw

100 QUESTIONS MAHO WAKABAYASHI KANAMI KOBAYASHI

Maho & Kanami Talk theme
生きるおしゃれバイブル

マホカナ ファッション
Fashion

Q.044 自分らしいコーデの組み方は？

Ⓜ 上はわざと1サイズ上げてだぼっと着る！

Ⓚ 肌や体のラインなど、見せるところは見せる！　私は高身長じゃないけど、そんなバランスでスタイルよく見せられると思ってるよ

Q.045 よく買うブランドは？

Ⓜ 絶妙に使えるシンプル服があって店員さんも楽しい **レピピ**
美シルエでスタイルアップできる **マウジー**
安くて流行り服いっぱいの **スピンズ**

Ⓚ ロゴや色の組み合わせのバランスが大好きな **ピンク ラテ**
個性的で女の子っぽい **ロマンティックスタンダード**
あと、**ナディア**や**スタイルナンダ**も好き

Q.047 コーデの決め方教えて！

Ⓚ 遊ぶ相手の身長を考えて靴を決める→使う柄を決めて→その柄に合う色をコーデに入れる。1時間は悩みます！

Ⓜ 大体はトップス→ボトム→靴は地元なら大抵コンバースって順に。新コーデが誕生したり、逆に一周していつものコーデにもどったりしますw

Q.046 この春GETしたいアイテムは？

Ⓚ 肩がめっちゃふわっとした**パワーショルダー**のトップス。ナディアで4つくらい買ったよ！ ガーリーにもカジュアルにもなるし、ベスト重ねたりもできておしゃれ！

Ⓜ **淡色アイテム。**前まで、どムラサキ！だったけど、ラベンダーとかの色素薄い系に挑戦したい

Q.048 おしゃれに目覚めたきっかけは？

Ⓜ ニコモになって、ニコラ読みまくったから。特に卒モのユカちゃんの連載は見まくってた

Ⓚ 私はもともとおしゃれ大好きで、お姉ちゃんの私服が暗い色が多いのを反面教師に、もっとかわいいのを着たいと思ったのが大きいです！

Q.034 美肌のヒケツ！

Ⓚ **肌状態に合わせてスキンケアをかえる！** ニキビできたらニキビ用スキンケア＋皮膚科の薬とかね

Ⓜ 私は手がウロコみたいにカサついてるから**ハンドクリーム**をまめにぬってるよ

100 QUESTIONS MAHO WAKABAYASHI KANAMI KOBAYASHI

Maho & Kanami Talk theme
かわいいヒミツを暴露♡

マホカナ ビューティー
Beauty

Q.038 小学生の頃、メイクしてた？

Ⓜ してません！

Ⓚ 私、**小6ではしてたよ。** フルメイクできるコスメを一気に集めて、YouTubeでメイクの仕方を研究して頑張ってた！

Q.039 前髪カールをキープする方法は？

Ⓚ 根元をマトメージュで固める！ ヘアメイクさんも根元を重点的にやってる気がする

Ⓜ キープ力強めのケープをかけまくる！ でも**ベストの長さを保つ**のが一番いいと思うよ

Q.040 髪をサラサラに保つ方法は？

Ⓜ お風呂上がりと朝にヘアオイルをつけることと、髪が傷んでるならアイロンはやめてブローにする！

Ⓚ ヘアオイルは頼るべき!!　あとはすぐ乾かすこと。それから美容院でトリートメントしてもらうほうが、家でのヘアケアにお金をかけるより効果ある気がする！

Q.041 スタイルの保ち方教えて！

Ⓜ マッサージとメディキュットでムクミをためずに一日を過ごすこと。あと揚げ物は家では食べません！

Ⓚ 続けられる健康的な食生活を送ること。特に夕食は16時とか早めに済ませて、一気にドカ食いしない！ あとランニングなど適度な運動もしてるよ

Q.035 おすすめのリップは？

Ⓚ リップは毎日かえてるけど、最近は**LiKEYの04番！** おしゃ顔になれる赤みブラウンだよ

Ⓜ 中国コスメ**HOJOの274番です。** 主張しすぎないマットでじゅわっと感があるんです

Q.037 好きなコスメのブランドは？

Ⓚ クリオ、ペリペラ、イニスフリー。**韓国コスメ**は色が絶妙！ 日本なら**フーミー**がめっちゃかわいい！

Ⓜ マホはこのブランドと決めずに、お店で見て買ってるよ！

Q.036 リピ買いしてるコスメは？

Ⓜ **キャンメイクのステイオンバームルージュ**のチョコレートリリー。マホのくちびるの色と合って、先生バレしない！

Ⓚ **ヒロインメイクのマスカラ。** 特にロングタイプが好きで、カールキープ力が素晴らしいんです

Maho & Kanami Talk theme

個別質問受け付けます。

マホとカナミのいろんな答え

100 QUESTIONS MAHO WAKABAYASHI KANAMI KOBAYASHI

QUESTIONS MAHO WAKABAYASHI

ほんとにアホなの!? マホに質問



Q.057 佐賀から東京に通うのは大変ですか？

Ⓜ 慣れました！
東京から自宅まで4～5時間かかるけど、
音楽聴いたり、Netflix 見たりしてたら
結構充実したまま帰れます♥

Q.058 最新マホトーンの作り方教えて！

Ⓜ 絶対**黒多め**は変えずに、
最近は**よりシンプルに**なってきたよ。入れるならヒョウ柄とか
チェックとかの柄でポイントづけ。
派手色は減ってきたけど、
夏になったらまた着たくなるのかなー

Q.059 プチプラでマホトーンを作る方法は？

Ⓜ ネットでブランドの服を見て、
マホトーンになれる服を見つけておいて、
グレイルとかの安いお店で似たのを買う！
グレイルはヤバイです！

Q.060 新モ時代は前髪長かったけど、
切ろうと思ったきっかけは？

Ⓜ ニコラに出たかったから！
前髪があった方がヘアアレの幅が広がるんです

Q.061 新モ時代、YouTuber になりたいと言ってたけど、今は？

Ⓜ 確かに『HIKAKIN さんみたいな YouTuber になりたい』ってオーデで言いましたw 今も YouTube 大好きだけど、
見る専門で、なりたいはなくなりましたw

Q.062 最初同学年モがいなくて、
翌年カナミちゃんが入ってくると聞いたとき、
どうでしたか？

Ⓜ 最初聞いたときの本心は『1人なんだ』ですw
2～3人予想だったから。カナミの初登場ページが
めっちゃガーリー服で、マホとは合わないと思ったけど、
初対面のとき私服がストリート服だったからアレ？
いけるかも？って思った

Ⓚ ちなみに私のマホの第一印象は、
親戚のおじさんっぽい
落ち着きを感じましたw

Q.063 ほんとにアホなの？

Ⓚ そうで～す！

Ⓜ え、自覚ないんだけど。
そーゆーカナミも日本の前の
総理大臣はオバマって言ってたじゃんw



QUESTIONS KANAMI KOBAYASHI

韓国について教えて！ カナミに質問。

Q.049 韓国について教えて！

Ⓚ え、めっちゃ漠然！
Nizi Project ってガールズアイドルオーデを
Hulu で見てほしい！
それから **IZ*ONE** のカムバも泣いちゃいましたー！



Q.050 最近のカナミちゃん的 LDH 事情教えて！

Ⓚ 最近の推しは
サイキックフィーバー！
EXILE などのサポートダンサーをしてた9人ユニットです。
でもイチオシはランペイジ！ 映画『私がモテてどうすんだ』で
初主演する**吉野北人くん推し♥**
きっと NEXT 片寄くん！

Q.051 今までで一番楽しかったライブは？

Ⓚ 去年の**EXILE**のナゴヤドーム！
花道に近い最前列のチケットが
当たって天国だった♥

Q.052 K-POP アイドルでは誰が好き？

Ⓚ かわいい系のガールズグループが特に好き。
だから **IZ*ONE**。そしてめっちゃキテるのが
EVERGLOW！

Q.053 推しをどう研究してますか？

Ⓚ SNS というSNS でグループ、その関連全部を
#で検索しまくる！

Q.054 オルチャンになるために意識してることは？

Ⓚ 韓国の洋服のサイトだと洋服単体だけじゃなく、
全身コーデがいっぱい見られるんです。
これをスクショして研究してるよ



Q.055 ゴンちゃんって呼ばれるのはイヤ？

Ⓚ 全然イヤじゃないです！
そもそもお父さんが私をかなゴンって呼んでるし、
ファンのコもゴンちゃんって呼んでくれててうれしいよ♥

Q.064 私服でガーリーは着ないの？

Ⓜ 着るよ！ 今日もロングワンピ＋
ブルゾンの**ガーリーマホトーン**でした！

Q.065 人見知りをどう直した？

＼慣れです／

Ⓜ **時を積み重ねる。**

Ⓚ …マホがこんなんなんで、私も解説していいですか？
元気なコの隣にいることです。『私も行っていい？』って
そこだけ頑張れば、自分がしゃべらなくても楽しい輪に入れるよ！

Q.056 夜ごはんが16時と時間が早いけど、お腹はすかないの？

Ⓚ 案外平気。水がぶ飲みしてるから。
どうしてもお腹すいたらアクエリアスを
キャップ2杯だけw

100 QUESTIONS MAHO WAKABAYASHI KANAMI KOBAYASHI

Maho & Kanami Talk theme

まさかはずれはないよね!?

＼マホカナ／

お互いを知ってるかクイズー!!

相手への理解をクイズで確認～。
何も言わずして通じ合える2人、
当然全問正解だよね？



Q.066 | マホは百万円あったら何すると思う？

Ⓚ 直感です！

Ⓜ 買い物は即決タイプなんで

Q.067 | カナミの好きな芸人さんは誰？

Ⓜ カナミと芸人さん…!? つ、つながらない…

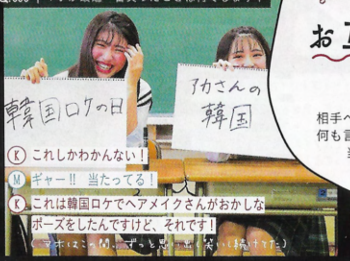
Ⓚ しいて言うなら…

Q.068 | マホが最近一番笑ったことは何でしょう？

Ⓚ これしかわかんない！

Ⓜ ギャー!! 当たってる！

Ⓚ これは韓国ロケでヘアメイクさんがおかしな
ポーズをしたんですけど、それです！



Q.069 | お互い直してほしいと思ってる部分は？

自分でも予想

まずはカナミが
マホに直してほしい部分！

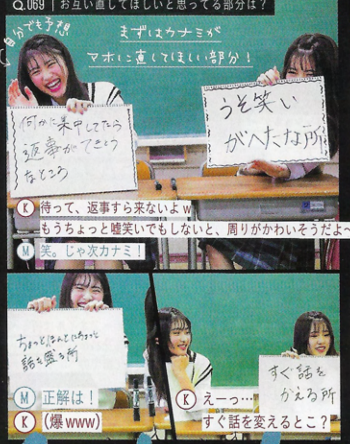
Ⓚ 待って、返事すら来ないよw
もうちょっと嘘笑いでもしないと、周りがかわいそうだよ～

Ⓜ 笑。じゃ次カナミ！

Ⓜ 正解は！

Ⓚ (爆www)

Ⓚ えーっ…
すぐ話を変えるとこ？



Q.070 | カナミが苦手なことを当てて！

Ⓜ バンジーとかお化け屋敷とか、心臓に悪い系じゃない？

Ⓚ それもあるけど！ でも運動です

Q.071 | 今、二人でしたいことは!?

Ⓜ Ⓚ **やった一合った!!**

Ⓚ マホ、冷麺って保険かけてるけどね

Q.072 | お互いを動物にたとえてみて！
相手にどう思われてるか予想と共に書いてみて

Ⓜ カナミはゴキブリです。呼ばれてるでしょ？

Ⓚ 呼ばれてないよ！ そんなマホは宇宙人。動物なんかにはたとえられないほど、何を考えているか不明な生物

Ⓜ 待って、2人ともなまけものと思われてると思ってるw

Ⓚ たしかにウチらなまけものw



Q.073 | 変顔パターン、一致する？

Ⓚ **しゃくれと白目。**
よくメアリがしてるやつw

Q.074 | 得意なポージング、一致する？

マホが緊張して全然ポーズに
なってない事件発生。
ってことで撮り直し。
結果なんか似てたのは、
マホがやりそうなポーズに
カナミが寄せたからなんだって。
よかったね、マホw

Mahokana quiz

マホ、カナミ☆ニットベスト各￥2197／スピンズ　スカート各￥10780、
ネクタイ各￥2090／ともに CONOMi



Maho & Kanami Talk theme

キラキラJKらいふスタート♡

マホカナJK



Q.075 高校ではどんなキャラでいきたい？

Ⓜ イケてるキャラ!!

美意識高い子多そうだから負けたくない！

Ⓚ 中学の友だちもいないし、男子ウケよさそうな清楚系で出直さないの？

Ⓜ だって女子校だし

Ⓚ そっか！ 私は中学では独り言が止まらなかったので、高校ではちょっと静かめな女子でいたい♥

Ⓜ 無理そうだわー



Q.076 モテ期はいつでしたか？

Ⓜ 人生で3回来るって聞いたけど、いつですかね？

Ⓚ 中1の頃は誘ってもらえたけど、最近はまじでない

Ⓜ なにそれ、モテてるじゃん。私どーせ女子高だし、しばらく来ないな

100 QUESTIONS MAHO WAKABAYASHI KANAMI KOBAYASHI

Q.077 告られた回数は!?

Ⓚ 同じ人から2回、あと他の人から1回の合計3回

Ⓜ 嘘だよ、いつもみたくもっと盛っていいよw

Ⓚ 本当だって！

Ⓜ マホは4人くらい？

Q.078 高校ヘアのこだわり教えて！

Ⓚ 毎日巻くと髪傷むから、ストレートでおろしかな

Ⓜ 中学は校則厳しくて前髪とめてツインだったから、高校ではせめて前髪をおろしたい！

Q.079 JKになったらやってみたいことは？

Ⓜ 放課後に制服プリ撮る！

Ⓚ 制服ディズニー！

Q.084 ニコ㋲になってうれしいと感じる瞬間は？

Ⓚ かわいくしてもらえるとき♡

Ⓜ 最先端が知れたり、メイクをヘアメイクさんに教えてもらえたり、あと毎回無料で東京に来られます！

100 QUESTIONS MAHO WAKABAYASHI KANAMI KOBAYASHI

Maho & Kanami Talk theme

ニコ㋲としていま思うこと。

マホカナ×nicola

Q.088 仲のいい後輩㋲は？

Ⓚ 同期のクルミと、メアリ、ココハ。あとナナちゃんと今度浅草デートします♡

Ⓜ コハル。クルミも話しやすいよ

Q.089 生まれ変わるならニコ㋲の誰になりたい？

Ⓚ かとう 目がクリクリでうらやましー♡

Ⓜ シャキッと主張する顔が好きなので、アムリ ミマナ あとワカナの大人っぽい顔も好み

Q.085 仲のいいニコモ㋲？

Ⓜ 同期で卒㋲の濱尾（サキ）！自分から話さなくても、話してくれるからうれしい

Ⓚ 卒㋲のノノちゃん！1分が60分くらいあるように感じるまったりさが好き♥

Q.086 勉強とモデル、どうやって両立してるの？

Ⓜ 勉強がちょっと…。両立できてる人を尊敬します

Ⓚ 中3の夏に泣きながら家族会議して、今までの勉強中心からニコラ中心にシフトできたよ。その分、テストは自覚をもって頑張ってる！

Q.087 ファンのことをどう思ってる？

Ⓜ インスタのコメントやDMなど、わざわざその時間を割いてくれる気持ちに感謝してる！

Ⓚ めちゃめちゃ好きです。1人1人と会って話したいくらい大切♡





Q.080 叶えたい夢は？

Ⓚ 人をかわいく変身させてみたい！それと演技したい！ CM出たい！

Ⓜ モデルを続けて、いずれコスメブランドのプロデュースとかできたら最高

Q.081 高1㋲のいいところは？

Ⓚ 仲良いんだけど、撮影になると負けないぞって気持ちになれるいい関係

Ⓜ あの人ホメられてる！とか気になるよね

Ⓚ まあ平和的だけどね



Q.082 ポージングでこだわってることは？

Ⓜ その洋服の良さを伝えること

Ⓚ そのコーデの雰囲気に合ったポーズをする

Q.083 自分にストイックになる方法は？

Ⓜ 親や友達に宣言して、家中に目標を張り紙する

Ⓚ 常に楽しい予定を作って、その日までにかわいくなろうと努力する！

Q.090 ラスト1年、ニコラでの目標は？

Ⓜ ピン表紙と進化したマホトーンページ！

Ⓚ ファッションとメイクのピン企画とピン表紙です！

100 QUESTIONS MAHO WAKABAYASHI KANAMI KOBAYASHI

Maho & Kanami Talk theme

マホ生徒会長、カナミ副会長の宣言!!!

Q.099 ニコラを引っ張るにあたって心がけてることは？

Ⓜ 食べ終えたお菓子やお弁当は片付けるなど、生活面から見本になるようにしてます

Ⓚ 後輩から見られてる意識を持って行動することと、なるべく声をかけるようにしてるよ

FINISH! Q.100 これからのニコラをどうしていきたい？



Ⓜ ニコラ以外の現場でも困らないように、後輩㋲には礼儀を教えたいと思う！

Ⓚ 同感！ それでニコ㋲のLINEグループを盛んにして、誰でも意見を言い合える環境にしたいよね

Ⓜ それで仲の良さが伝わる笑顔あふれるニコラに！

Ⓚ ニコ㋲ちゃんに5年後、中学時代の青春はニコラだったなって思い出してもらえるように♡

QUESTIONS MAHO WAKABAYASHI

Maho & Kanami Talk theme

カナミ⇒マホに質問。



Q.095 ぶっちゃけ好きなタイプは？

Ⓜ まゆ毛しっかりめの濃いめな菅田将暉さん的な顔。会話の7割支配してくれる話題豊富な人

Q.096 理想のデートってどんな？

Ⓜ 人の目を気にせずプリ撮ったり写真をマホが撮ってあげたりしたい！

Q.097 ニコ㋲をしてなかったら何になりたかった？

Ⓜ 特になにもしてなかったと思う。そして菓子パンを際限なく食べてめっちゃ太ってたと思うw

Q.098 私のこと、どう思ってる？

Ⓜ たまにムカつくこともあるけど、相棒？

（なぜ疑問形ｼﾏ）

あんまり変わんない？

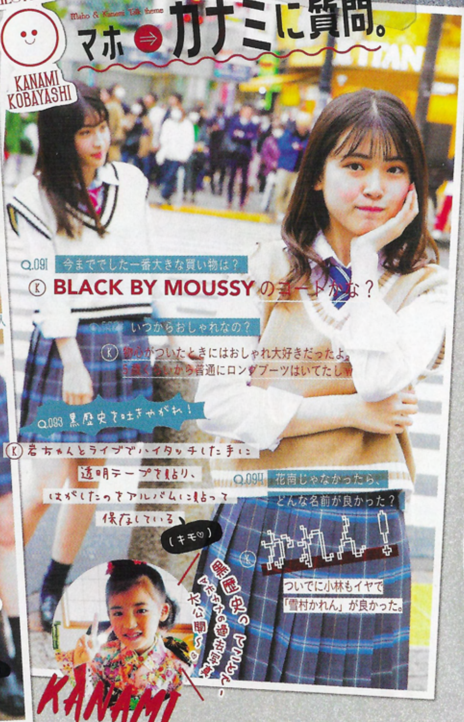
黒歴史ってことで、マホカナの過去写真大公開〜♡

MAHO

QUESTIONS KANAMI KOBAYASHI

Maho & Kanami Talk theme

マホ⇒カナミに質問。



Q.091 今まででした一番大きな買い物は？

Ⓚ BLACK BY MOUSSYのコートかな？

Q.092 いつからおしゃれなの？

Ⓚ 物心がついたときにはおしゃれ大好きだったよ。5歳くらいから普通にロングブーツはいてたしw

Q.093 黒歴史を吐きやがれ！

Ⓚ 岩ちゃんとライブでハイタッチした手に透明テープを貼り、はがしたのをアルバムに貼って保存している（キモ♡）

Q.094 花南じゃなかったら、どんな名前が良かった？

Ⓚ かれん！ ついでに小林もイヤで「雪村かれん」が良かった。

黒歴史ってことで、マホカナの過去写真大公開〜♡

KANAMI

はいてますよ ロンスカ Long Skirt

人気フツフツのスカートスタイルは、ぜつみょーバランスのチラ見えミニか、女子力UPのロンスカの2択！　2つの着こなしをチェックして、この春スカートで出かけよ!!

Photo/booro[BIEI] Stylist/Shimano Mayuko Hair&Make/Tsuzuki Hikari Models/Kobayashi Kanami, Kato Saki, Fukao Amu, Nozaki Nana Text/Sato Arisa Design/Tanabe Rino Thanks/武蔵野テニスシティー　※クレジットのないものは私物です。



高1・小林花南（カナミ）

高1・加藤咲希（かとう）

レーススカート

の上品さで
レディな春をいただき！

チュールスカート

と肌見せで
ガーリーじたく完了♡

みんなが欲しいのは 白・ふわ・すけ ×ワンショル が今っぽい♡

チュールスカートをさらっと着こなす今こそワンショルの出番。黒のストラップと肌見せの抜け感がきいてる!!

カナミ☆チュールロングスカート¥2480／ハニーズ　ワンショルダートップス¥2189／レピピアルマリオ　ヘアピン（6本組）¥990／クレアーズ原宿駅前店　ポシェット¥3190／ラブトキシック　サンダル¥2280／ハニーズ

ど真ん中ガーリーのレーススカートは、アイシーなトップスで甘さを中和。スニーカーで外すのも今っぽい!

かとぅ☆レースロングスカート¥3190／バーレスク　変形ニットベスト¥2197／スピンズ　フリルTシャツ（別のビスチェとセット）¥4290／ピンク ラテ　カンカン帽¥2189／ラブトキシック　イヤリング¥660／パリスキッズ 原宿本店　スニーカー¥2090／T&P渋谷109店

サテンロンスカ

はフォトプリT合わせでカジュアルダウン！



フラワーフォトプリ×ミント

アイスフォトプリ×ピンク

ほどよい甘さとこなれ感でいいとこ取りのミントは組み合わせ無限大♥　×ベージュでオトナモーション加速!

カナミ☆サテンロングスカート¥6490／NiCORON 渋谷109　Tシャツ¥3289／レピピアルマリオ　イヤリング¥649／GU　巾着つきポシェット¥3190、サンダル¥4290／ともにピンク ラテ

春色をサテンスカートで投入。ガーリーすぎてそわそわしちゃうってコはフォトTでカジュ方向にプッシュ。

ナナ☆サテンロングスカート¥3190（完売の場合あり）／G・F・C 原宿店　Tシャツ¥2090／ラブトキシック　イヤリング¥770／クレアーズ原宿駅前店　サンダル¥5390／ヌオーヴォ

カジュアル派のロンスカはこれ！



しっかり素材のベージュチ！

攻めブラックの変形切り替え

辛めTシャツは、すとんとシルエットのスカートで大人カジュに着る。白小物でしっかりメリハリ出しも。

アム☆ベルトつきチノロングスカート¥2858／スピンズ　Tシャツ¥3289、キャップ¥2189、スポサン¥4389／すべてレピピアルマリオ

ドッキングスカートがおしゃれみを底上げ！ シンプルなオレンジTでカジュストリートを簡単に攻略するよ。

ナナ☆ドッキングスカート¥3190／バーレスク　首あきTシャツ¥2189／レピピアルマリオ　イヤリング¥330／パリスキッズ 原宿本店　ソックス（3足）¥1100／チュチュアンナ　スニーカー¥8250／ヴァンズ（ヴァンズ ジャパン）

だって、どっちも好きでしょ？

はいてなさそーミニ＆Mini

上だぼ×下ぴたで　はいてる？くらいのチラ見せが最強バランス!!



中3・深尾あむ（アム）

中3・野崎奈菜（ナナ）

Tシャツ×スカートはすきまチラッが新しい！

シャツの一番下のボタンをわざと外してスカートをチラリ。最強バランスをつくるにはこの小技が大事なんです。

アム☆シャツ¥2858、スカート¥2197／ともにスピンズ　ヘアピン（2本組）¥1980／グランドエッジ 渋谷109店　イヤリング¥550／クレアーズ原宿駅前店　スニーカー¥6050／ヴァンズ（ヴァンズ ジャパン）

ブラウス×タイトミニではいてなさそーガーリー誕生♡

チュニックブラウスと女の子らしいラベンダー色のミニでモテをGET!! やっぱりここはバレエシューズで決まり♥

ナナ☆ベルトつきチュニックブラウス¥3958、スカート¥2197／ともにスピンズ　イヤリング¥770／クレアーズ原宿駅前店　すけソックス¥880／靴下屋（タビオ）　バレエシューズ¥6490／ジョリーアンコール（シャルロット）

ビッグTは去年はINしてたはあえて出す！

カジュ派の鉄板ビッグTは、そのまま着るのが正解。相性最高なデニムショーパンで王道ストリートをマスター。

カナミ☆ビッグTシャツ¥980／ハニーズ　デニムショーパン¥3289／レピピアルマリオ　バケットハット¥2197／スピンズ　チョーカー¥770／クレアーズ原宿駅前店　スポサン¥3289／GU



ニットベストを重ねて韓国スクール風

シャツ×ミニスカを変化球でいくなら、モノトーンベストで韓国ライクに。黒のちょい辛ミニで攻めの姿勢をアピ！

アム☆シャツ¥5390／NiCORON 渋谷109　ニットベスト¥3278／ヴォルカン&アフロダイティ 渋谷109店　プリーツスカート（チェーンつき）¥3299／W♥C　カチューシャ¥770／スピンズ　スポサン¥5390／ヌオーヴォ



すけシャツなら重くならない！

かっちり見えの黒シャツは、シアー素材で春らしく。そこにごつめスニーカー＆カラーソックスでスポカジュMIX。

アム☆すけシャツ¥4950／NiCORON 渋谷109　ベルトつきデニムショーパン¥1980／ハニーズ　イヤリング¥550／クレアーズ原宿駅前店　ソックス（3足）¥1100／チュチュアンナ　スニーカー¥11000／ナイキ（ABC-MART）



ビスチェONしてメリハリを！

トップスのバリエ出しにビスチェが助っ人。ブロックチェックと白ショーパンで一気にストリートみ増しするぞ。

かとぅ☆チュニックパーカ（レギンスつき）¥4730／ピンク ラテ　ビスチェ¥4378／ヴォルカン&アフロダイティ 渋谷109店　ショーパン¥4290／ラブトキシック　イヤリング¥550／クレアーズ原宿駅前店　スポサン¥3190／T&P渋谷109店



あえてレースに重ねるっておしゃれすぎ♡

パープル×黒でカジュストリートまっしぐらかと思いきや、レースのインナーかませてうまく女子感もプラス。

カナミ☆ビッグTシャツ¥980／ハニーズ　中に着たレースロンT¥3190（完売の場合あり）／G・F・C 原宿店　ショーパン（ベルトつき）¥4290／ラブトキシック　ソックス（3足、店舗限定商品）¥1100／チュチュアンナ　オックスフォードシューズ¥4290／ピンク ラテ



ベルトでメリハリ→脚長GET！

ブラウスはベルトマークして引きしめ♥シアー素材だから、ギンガムチェックミニもほどよくすけてイイ感じ!!

かとぅ☆ブラウス¥6050／NiCORON 渋谷109　スカート¥2530／トゥインクルビーエム あべの店　ヘアピン¥330／パリスキッズ 原宿本店　ベルト¥1428／スピンズ　ソックス¥990／靴下屋（タビオ）　ブーティ¥3190／T&P渋谷109店



ワントーンでセットアップ風もアリ

同系色で着ればオリジナルのセットアップが完了。ぜつみょーな丈感でチラ見せの可能性を広げて。

ナナ☆ブラウス¥3298、スカート¥2197／ともにスピンズ　カチューシャ¥1650／クレアーズ原宿駅前店　2WAYバッグ¥2739、サンダル¥4939／ともにレピピアルマリオ

ニコ㋲ 私服着まわしラッキー7

連載23回目

#5月はミナミ

ニコ㋲デビューして９カ月、カジュアルガーリーが定着してきたミナミ。
「大人色でちょっと背伸びする」のと「洋服は３色まで」が
最近たどり着いたおしゃルールなんだって♥

Photo/Fujii Daisuke Hair&Make/Tsuzuki Hikari Model/Tanaka Minami
Text/Yamazaki Emiko Design/FLY

※紹介しているアイテムはすべてミナミの私物です。
お店に聞いても分からないので問い合わせしないでね。

ミナミの5月私服

A フリルえりブラウス Sangoで¥2858
B チュールレイヤードTシャツ GUで¥1639
C ロング丈フォトT INGNIで約¥2900
D デニムスカート ハニーズで約¥1990
E プリーツミニ フォーエブリーで約¥1800
F ステッチ入り黒ショーパン ハニーズで約¥1900
G レースアップシューズ T&Pで約¥3900
H 厚底スニーカー GUで¥3289

Day 1

メイク練～♥

キャンメイク、セザンヌ、韓国コスメ…最近増えてきたコスメを見てニヤリ♥ 今日は1日メイク研究だ～！

Point
ただの白TだとTHE部屋着なところを、チュールレイヤードでおしゃれ感！　だらっとしつつも美意識は高く！

B + F

ヘアピン／ダイソーでセットで¥110　ソックス／セリアで¥110

Day 2

ぴえん

ネラってた服が完売だって。他の似てる服を探したけど、なんかしっくりこない～。通販サイトもっと見まくるぞ！

Point
ハヤリのはいてなさそーミニ丈コーデ。トップスがロング丈なら、このバランスが簡単に作れちゃう！

C + F + H

キャスケット／INGNIでセールで約¥1000　バッグ／アクシーズファムで約¥2900　ソックス／GUで約¥150

Day 3

食べてー!!

新クラで友だち増やしたい願望のある私。でも問題は人見知りだ。「このクッキー手作りなの！」作戦でどうすかね？

どーぞ♥

Point
流行のホワイトコーデやってみた！　中のTシャツをINしてスカートすけさせると、おしゃレベUP説！

B + D + H

バッグ／WEGOで約¥3900　イヤリング／学校のバザーで値切って¥300　ソックス／ABCマートのセールで3足約¥500

Day 4



SNSで大人気のマカロンを買いに行ったら、すごぶる動くウサギと遭遇!! やっぱ新大久保最高～！…って幸せな夢を見た♥

中2・田中南（ミナミ）

Point
くすみパープルの大人っぽさと、ベージュのカジュさを合体！　細ベルトつけるのがガーリー㋲に最近人気だよ。

A + E + G

バッグ／ハニーズで約¥2900　イヤリング／スリーコインズで¥330　ソックス／GUで約¥390　ベルト／GUで¥1089



ミナミのおしゃれプロフ

▼身長 163.3cm
▼よく着るブランド WEGO INGNI・Honeys
▼おしゃれで参考にしてる人 ななこちゃん
▼チェックしてるインスタ LIPS
▼洋服買うときのポイント 今もっている服を使った3コーデ以上が思いつくかを考えてから買ってます！
▼次くると思うもの チュール付きトップス&スカート
▼お気に入りの私服メイク ブラウンアイシャドウを使ったグラデーションアイメイク♡
▼好きな私服ヘア Mixまきの高めポニー

Day 5

1曲目ゲット～♪

実は歌うのが大好きな私。カロリー減るのも期待して熱唱！今日は「ただ君に晴れ」歌ってみた動画風！笑



Point
カジュアルな日はデニスカ出動！　フォトTとコーデすれば、カジュアル寄りなガーリーさんになれるよ♥

C + D + G

ベルト／GUで¥1089　チョーカー／セリアで¥110　ソックス／ハニーズで3足¥1100

Day 6

行こー？

みんなはディズニーランド派？ 私はシー派！ そして乗り物いっぱい乗る派！ いつかニコ㋲と行けたらいいな！

Point
ステラ・ルーのカチューシャつけるから、白、黒、ベージュの王道3色でシンプルに。動きやすさも重視です！

B + E + H

ウエストバッグ／GUで¥1639　ソックス／ハニーズで3足¥1100

Day 7

「おしゃれなカフェで勉強コーデ」を考えてみた！ え、そんなの考えるヒマあったら勉強すればって？ それ100点！

勉強するぞー！

Point
フリルブラウスにフォトT重ねるカジュアルダウンテクが推せます！　パープル濃淡で大人っぽさもちょい足し。

A + C + E + G

バッグ／三日月百子で¥330　ヘアピン／ダイソーでセットで¥110　ソックス／WEGOで4足¥1100

ミナミの ちょこっと背伸び カジュ★ガーリー

GW♡ 5月着まわし

ニコ読 人気コーデランキング 中学生ver.

ちょっとマニッシュな新めあガーリーが1位って、メアリもみんなも進化中！

1位 ジャケット上下もベージュならガーリー！
2位 ふわふわワンピもピスタチオで旬度アプデ！
3位 ロング丈ベージュとすけすけの王道めあガーリー！

Photo/Tsutsumi Hiroyuki Stylist/Ohashi Miki Hair&Make/Akagawa Megumi Models/Wakabayashi Maho,Machida Erina,Kato Saki Text/Fuse Kyoko Illustration/Guu Design/Tsubomoto Mizuki[WHITE AGENCY]

夏先取りクリアアイテムで 2020 ドリンクガールファッション

しゅわしゅわ〜っ

5G「クリアアイテム」
クリア素材の小物がこの夏、アツい!! 色なしのシンプルなものから、主張強めなカラーものなどバリエ豊富！

高1㊙が最新・最速でお届け!!

ファイブジー
5G ファッションデータ
FASHION DATA
★★ 2G ★★
MAHO KANAMI ERINA MANA KATOO

こんな世の中だからこそ、ファッションくらい明るく楽しくしていきたい！ そんな気分にぴったり！ 今月のテーマはマホ発案のドリンクガールファッションをお届けします！

かとぅ×カルピスソーダGirl

DRINK GIRL FASHION



高1・加藤咲希（かとぅ）

Point 透けトップス もっと5G

透け服×クリア小物は相性良すぎて、最高♥

5G クリアバッグ

5G クリアサンダル

POINT!
透けトップスにチュールスカートで清そ見え。甘くなりがちだけど、カルピスカラーなら甘さセーブ出来てよき。

かとぅ☆透けトップス¥2530／スピーガ 渋谷109店 スカート¥1499／グレイル リボンヘアゴム¥550、イヤリング¥330／ともにパリスキッズ 原宿本店 バッグ¥3839／レピピアルマリオ クリアスポサン¥3190／T&P 渋谷109店



What's カルピスソーダ ガール?
- 物静かな性格
- たまにはハジけることも
- 近所でウワサの優しいお姉ちゃん
- 趣味は読書

¥150 Cold!

マホ×チェリーコークGirl

DRINK GIRL FASHION



高1・若林真帆（マホ）

強気に攻めちゃうのが炭酸界の王者って感じでしょ？

Point 大人フォトプリ もっと5G

5G クリアベルト

5G クリアサンダル

POINT!
攻めたレザー風パンツに、カジュアルなフォトプリを合わせて。モノトーンのクリア小物がクセ強めコーデにマッチ！

マホ☆フォトプリベスト¥3278、クリアベルト¥2178／ともにヴォルカン&アフロダイティ 渋谷109店 パンツ¥4399／W♥C チョーカー¥770／クレアーズ原宿駅前店 サングラス¥1758／スピンズ クリアスポサン¥4389／ラブトキシック



What's チェリーコーク ガール?
- 気はちょっぴり強め
- ハデなもの大好き
- 好きな音楽はロック
- 気が抜けるとおっちょこちょいな一面も

¥150 Cold!

エリナ×ファンタグレープGirl

DRINK GIRL FASHION



チュール重ねてだけでプリーツミニコーデが新鮮！

Point チュールトップスを重ねて もっと5G

高1・町田恵里那（エリナ）

5G クリアバッグ

5G クリアソールスニーカー

POINT!
白×パープルでさわやかにしつつ、旬小物を盛って今っぽく！ 炭酸をイメージした大粒ラメのカチュがポイント♡

エリナ☆チュールロンT¥3278／ヴォルカン&アフロダイティ 渋谷109店 Tシャツ¥3850／NiCORON 渋谷109 キュロット¥3839、クリアバッグ¥2189／ともにレピピアルマリオ カチューシャ¥550／クレアーズ原宿駅前店 すけソックス¥418／ラブトキシック スニーカー¥4290／T&P 渋谷109店



What's ファンタグレープ ガール?
- 自分大好き
- 自己主張強め
- ミーハー
- お姉ちゃんのものをほしくなる妹

¥150 Cold!

5Gトレンドデータ♥
『今、ハマってるドリンク』

5人の中のパーソナルトレンドをチェックしてくよ！ 今月は"今、ハマってるドリンク"。みんながよく飲んでいるものって何？

かとぅは 飲むいちごヨーグルト

撮影現場に置いてあったりするの！お気に入り〜♡

マホは ジュースよりも炭酸水！

味はしないけど、飲んだ感があるから好き〜！

エリナは いろはす もも♡

新鮮なお水って感じで甘すぎず、すっきり飲める♥

カナミは ダルゴナコーヒー。

ココアや抹茶など、いろんな味が楽しめるよ♡

マナは レモネード！

特に、よく行くサラダ屋さんのがお気に入りなんだ〜！

COIN↓

グイグイきてるとウワサのバレエシューズは、王道コーデでまず習得。さらに絶対外さない春くつ4種をテイスト別にとにかくはきたおし。今季の足元はこうやって合わせます!!

＆足もとStep Up!!

この春、バレエシューズが絶対欲しい!!

Photo/booro[BIEI] Stylist/Shimano Mayuko Hair&Make/Tsuzuki Hikari
Models/Kobayashi Kanami, Kato Saki, Nozaki Nana, Yoshioka Yuna
Text/Sato Arisa Design/Londonz Thanks/BACKGROUNDS FACTORY
※クレジットのないものは全て私物です。



高1・小林花南（カナミ）

小6・吉岡優奈（ユナ）

中3・野崎奈菜（ナナ）

足もとから輝く☆ キラキラバレエ



(左から)ハート柄バレエシューズ¥2197／スピンズ　ゴールドラメバレエシューズ¥4730／ヌオーヴォ　シルバーバレエシューズ¥6490／ジョリーアンコール(シャルロット)



チラ見せすけソックスがおしゃれ!

ボーイズライクな太サロペを、バレエシューズでオトナカジュへと進化。レースソックスでみんなより一歩先をゆく!!

ユナ☆バレエシューズ¥1089、Tシャツ¥1089(一部店舗のみ販売)、デニムサロペット¥2739(一部店舗のみ販売)／すべてGU　シュシュ¥330／クレアーズ原宿駅前店　すけソックス(3足)¥1100／チュチュアンナ



とんがりバレエで脚長見せ♪

ぺたんこバレエだって、つま先のとんがりで体型カバー。ミント×イエローで春まっしぐらのパステルコーデ完成♥

かとぅ☆バレエシューズ¥1089／GU　レーストップス¥2189／レピピアルマリオ　チュールスカート¥2530／スピーガ 渋谷109店

ひとくせバレエは見てるだけでうっとり♥



(左から)ヒョウ柄バレエシューズ¥2197、レースバレエシューズ¥2197／ともにスピンズ

デニム×カラーバレエでカジュアルガーリー♥

やっぱ女の子のあこがれは赤い靴でしょ。デニムと合わせてカジュアルダウンしつつ単調コーデに色さしもできる。

カナミ☆バレエシューズ¥2197／スピンズ　ブラウス¥3740／17kg　あみあげスキニーデニム¥4389／レピピアルマリオ　イヤリング¥550／クレアーズ原宿駅前店　ネックレス¥330／パリスキッズ 原宿本店

まずロンスカに白バレエが失敗ナシ!

ロンスカならしっかり足の甲を見せてはくのが正解。上から下までまろやかトーンのきれいめガーリーでいく♡

ユナ☆バレエシューズ¥6490／ジョリーアンコール(シャルロット)　肩あきTシャツ¥1650／ラブトキシック　ドッキングジャンスカ¥3190(完売の場合あり)／G-F-C 原宿店　イヤリング¥1760／グランドエッジ 渋谷109店　巾着トートバッグ¥2858／スピンズ

ミニスカはくなら白ソで盛る!

シューズの下は浅ばきのソックスをはくと◎

フットカバー¥770／靴下屋(タビオ)

NG バレエシューズからソックスが見えるとダサい〜!!

＼まず1足!／

王道 リボンバレエ



(左から)スクエアトウバレエシューズ¥2197／スピンズ　ポインテッドバレエシューズ¥8250、黒バレエシューズ¥6490／ともにジョリーアンコール(シャルロット)

バレエシューズ初心者なら黒バレエ×白ソが王道。ミニスカはソックスで切り替えつくってメリハリを出す!

ナナ☆バレエシューズ¥2197、スカート¥2197／ともにスピンズ　リボンタイつきブラウス¥1780／ハニーズ　カチューシャ(2本セット)¥330／パリスキッズ 原宿本店　ポシェット¥3839／レピピアルマリオ　ソックス(3足)¥1100／チュチュアンナ

バレエシューズが欲しすぎる♥ ムテキ春くつ

ムテキ春くつ3テイストはきまわし!

ガーリー・カジュアル・オトナの3パターンで、ジャンルの違う4足をはきまわし!

黒マニッシュシューズ

¥3298／スピンズ

白ハイカットスニーカー

¥6380／コンバース

黒スポスニーカー

¥4939／レピピアルマリオ

厚底ベルトサンダル

¥4290／ラブトキシック

ガーリー girly

高1・加藤咲希（かとう）

あえての三つ折りでイイコちゃん



ガーリーワンピは黒マニッシュ×白ソが定番。三つ折りソックスでさらに甘ガーリーな優等生を気取ってみた♡

かとぅ☆肩あきドッキングワンピース¥2980／ハニーズ カチューシャ¥770／スピンズ

¥660／靴下屋（タビオ）

ガーリー girly

うしろリボンで360°かわいく♥



リボンソックス×ハイカットは計算された上級者ガーリーコンボ♡ 足もとかわいくして視線集中を狙っちゃう。

カナミ☆ブラウス¥3839／レピピアルマリオ スカート¥2197／スピンズ 巾着トートバッグ¥2090／ピンク ラテ


（3足）¥1100／チュチュアンナ

ガーリー girly

スッキリ素足ではくと◎



ガーリー派のスポスニはロンスカで! 素足ではいて足首はすっきり見せること。黒なら淡色コーデもしまる。

かとぅ☆ニコラコラボTシャツ¥1419（一部店舗のみ販売、5月中旬発売予定）／AND24 LOVELY（GU） スカート¥3298／スピンズ ヘアピン（4本組）¥660／クレアーズ原宿駅前店 イヤリング¥330／パリスキッズ 原宿本店

ガーリー girly

チュールソックスでゴスガーリー



シンプルなモノトーンスタイルは、すけ感アリのチュールソックスでガーリー盛り! 生脚範囲は多めがカギ!!

カナミ☆リボンタイつきブラウス¥1980／ハニーズ スカート¥4378／ヴォルカン&アフロダイティ渋谷109店 イヤリング¥770／クレアーズ原宿駅前店


¥880／靴下屋（タビオ）

カジュアル casual

ラインソックスでオトナカジュアル



春らしいカラーシャツは黒ボトムでオトナカジュに。ラインソックスのさりげなさが冷静さをたもっててバランスよし。

かとぅ☆シャツ¥3298／スピンズ スカート（ベルトつき）¥3630、巾着つきクリアショルダーバッグ¥3289／ともにラブトキシック


¥660／靴下屋（タビオ）

カジュアル casual

カラーソックスをチラリ♪



白ハイカットにはカラーソックスが王道の勝ちパターンでしょ。ラテカラーコーデなら、なおさらメリハリがきくよ!

カナミ☆ノースリーブTシャツ¥980／ハニーズ ドッキングスカート¥4290／ラブトキシック ブレスレット¥770／クレアーズ原宿駅前店


（3足）¥1100／チュチュアンナ

カジュアル casual

リブロゴソで韓国スポ!!



映えるポップなロゴソとバッグで、韓国っぽさ意識。グレーパーカ×黒スニーカーだから余計に盛れるって話!

かとぅ☆パーカワンピース¥4290／ラブトキシック ウエストバッグ¥2189／レピピアルマリオ


（3足、店舗限定商品）¥1100／チュチュアンナ

こんな感じ!!



カジュアル casual

すけハイソでピープス系



ブラック×パープルで流行ストリートをマスター。すけソックス&厚底で、しっかり細見せと毒かわいさをプラスする。

カナミ☆Tシャツ¥2189、ジャンスカ¥4939／ともにレピピアルマリオ カチューシャ各¥550／スピンズ


（3足）¥1100／チュチュアンナ

オトナ otona

黒ソックスでつなげてマーチン風



パステルカラーのセットアップを黒の足元で引きしめ。しかも黒ソ合わせならマーチンぽくて細見え効果も!

かとぅ☆ジャケット&キュロットセットアップ¥5498／スピンズ Tシャツ¥2189／レピピアルマリオ チョーカー¥770／クレアーズ原宿駅前店


（3足）¥1100／チュチュアンナ

オトナ otona

さらっとそのままはく!



オフショルのオトナオールインワンに細かい技は必要なし! スニーカーをそのままはいて海外ガールでキメる。

カナミ☆ベルトつきオールインワン¥2739（一部店舗のみ販売、5月中旬発売予定）／AND24 LOVELY（GU） イヤリング¥550／クレアーズ原宿駅前店 ネックレス¥330／パリスキッズ 原宿本店

オトナ otona

なじませベージュでニュアンスを



モノトーンでまとめたオトナシンプルさんは、物足りないって気持ちをおさえめカラーのベージュで満たそう。

かとぅ☆ニットベスト¥2197、シャツ¥2858／ともにスピンズ スカート¥2280／ハニーズ イヤリング¥550／クレアーズ原宿駅前店


¥880／靴下屋（タビオ）

オトナ otona

素足にオトナ色ネイル



ピンクベージュのパンツとワンショルトップスで今っぽいモテをGET。複数色のネイルで足もとをおしゃ強化!

カナミ☆変形リブトップス¥2197、アメピン（5本組）¥165／ともにスピンズ リボンベルトつきワイドパンツ¥4389／レピピアルマリオ ショルダーバッグ¥2189／GU

こんな感じ!!



Photo/Kumaki Suguru[io] Stylist/Shimano Mayuko Hair&Make/Tsuzuki Hikari
Models/Abe Cocoha,Hayashi Meari Text/Yamazaki Emiko Design/Flamingo Studio
※クレジットのないものはすべて私物です

しょっぱいもの好きって食の好み以外は真逆のめあここ。洋服も、テーマに対して選ぶアイテムも着こなしも全然違う！　なのにふたごに見えるって、めあここの沼は深いね♥

ごこーでルール♡

めあガーリーとここカジュ

ヘア&帽子も全然ちがーう！



帽子の中でも一番ガーリーなのがカンカンだと思う！　太リボンがベージュなのも今っぽくてさらに甘め♥

メアリはカンカン帽×めあり巻き

メアリ★カンカン帽¥2739／レピピアルマリオ　ブラウス¥2750／トゥインクルビーエムあべのなんば店



カジュアルだし、顔の輪郭がごまかせるバケハー択ですね！　カラフルな服が多いから黒で引き締めまーす。

ココハはバケハ×ストレート

ココハ★バケットハット¥2530／ピンク ラテ　Tシャツワンピース¥4389／レピピアルマリオ

4月号ディズニーロケで！



同じ服なのに着こなし違うなんて！

2人のふたごこーでルールもっと知りたーい！

ロンスカルール

脱セクシー路線のすけならカジュアルなライン入りをご指名。セット服なら簡単にロングもすけもよくばれる！

「ここカジュはライン入りのちょい辛すけレイヤード」

中3・阿部ここは（ココハ）

ココハ★メッシュキャミワンピース&Tシャツワンピースセット¥4939／レピピアルマリオ　ヘアピン（4本セット）¥550／クレアーズ原宿駅前店　クリアショルダーバッグ¥3190／ピンク ラテ　ブーツ¥3958／スピンズ

めあここふたごつなぎ服ルール





やっぱりロングが気分！　リボンブラウス入れるとガーリー度UP。消えそうな色コーデが最近好きかも♥

「めあガーリーはオールホワイトなロングオールインワン♥」

メアリ★ベルトつきオールインワン¥2980、リボンタイつきブラウス¥1780、サンダル¥2280／すべてハニーズ　ヘアピン¥330／パリスキッズ 原宿本店　ブレス（3本セット）¥770／クレアーズ原宿駅前店

つなぎ服と聞いてカラージャンスカに直行！　デニムより個性出るし、黒合わせれば浮かないからマネしてね。

「ここカジュはデニムより個性出せるカラージャンスカ」

ココハ★ジャンスカ¥4939、スマホポシェット¥1089／ともにレピピアルマリオ　KANGOLのシャツ¥4290／スピンズ　ヘアピン（5本セット）¥330／パリスキッズ 原宿本店　ソックス（3足）¥1100／チュチュアンナ　スニーカー¥7150／ヴァンズ ジャパン





韓国で大人気トゥンカロン♥



ふたごマカロン

めあここふたごフォトTルール



くまもビッグTならぽっこりしすぎず、あえてのおしゃれアイテムに。ピンクT×黒ロンスカの毒っぽコーデ！

「めあガーリーは毒っぽになるお茶目くまフォトT」

メアリ★くまフォトTシャツ¥980／ハニーズ　フリルロングスカート¥1699／グレイル　ヘアピン（3本セット）¥330、サングラス¥880／ともにパリスキッズ 原宿本店　スニーカー¥6380／コンバース

夏はネオン女子化しがちな私、フォトTは白が安心。でもチュールドッキングだからちゃんとおしゃれさん。

「ここカジュはネオンに合うレイヤードフォトT」

ココハ★チュールドッキングフォトTシャツ¥3839／レピピアルマリオ　ベルトつきスカパン¥4290／ラブトキシック　サングラス¥880／パリスキッズ 原宿本店　ソックス（3足）¥1100／チュチュアンナ　ハイテクスニーカー¥5390／ピンク ラテ

超なかよしだけど着こなしは正反対♥

めあここふた



めあここ
ふたご水色ルール

流行色でガーリーするなら、迷わずすけすけ♥ ボトムもベージュでふんわり合わせて、パールで甘さをダメ押し!

メアリ★チュールドッキングトップス¥2750（完売の場合あり）／G·F·C 原宿店 スカート¥2197、ベルト¥1428／ともにスピンズ イヤリング¥550／クレアーズ原宿駅前店 ソックス（3足）¥1100／チュチュアンナ オックスフォードブーティ¥1999／グレイル

「めあガーリーは すけすけパールの クラシックトップス」

「ここカジュは 大好きなベストを くすみ水色で投入!」

顔が濃いから水色は絶対くすみ色で。パステル系でまとめず、モノトーンで引き締めるのはもはや無意識レベル。

ココハ★ニットベスト¥3299／W♥C Tシャツ¥1089／ラブトキシック スカート¥2197／スピンズ カチューシャ¥550／クレアーズ原宿駅前店 スニーカー¥2090／T&P渋谷109店



ふたごなのにキャラ立ちしてるんです♥



めあここ
ふたごモノトーンルール

ロゴや柄を入れず、形でおしゃれに。特にこのパワーショルダーのトップスで女の子らしさ&辛さの二面性アピ。

「ここカジュは パワショル×ステッチワイパンの ガーリーMIX!」

シンプル極めると大人っぽくなりすぎるから、ブラウスやスカートのデザインでガーリーにちょっと盛る感じ♥

「めあガーリーは フリルやパールで 脱シンプルすぎガーリー♥」

メアリ★ブラウス¥3298／スピンズ ラップスカート¥2750／トゥインクルビーエムあべのなんば店 カチューシャ¥1650／クレアーズ原宿駅前店 ポシェット¥1599／グレイル すけソックス（3足）¥1100／チュチュアンナ ブーティ¥4290／T&P渋谷109店

ココハ★シャツドッキングトップス¥2199、トートバッグ¥2199／ともにW♥C ワイドパンツ¥2099／グレイル イヤリング¥550／クレアーズ原宿駅前店 サンダル¥4290／ラブトキシック



新メアリらしいオール白コーデ。オフショル、ふわふわ、すけすけ、リボンと、ガーリーの大好きを１枚にぎゅっ♥

めあここ
ふたご

「めあガーリーは ふわふわすけすけ オフショルワンピ」



スキニーは黒のみ許容。着やせ効果あるし、ハイウエストならお腹も安心♥ ショートTとのバランスも好きだー!

めあここ
ふたごスキニールール

私物のスキニーもレースアップだらけ♥ そでが今っぽいニットとトレンドのバレエシューズで大人めあり!

「めあガーリーは レースアップしか 目に入んない♥」

「ここカジュは 派手ショートTに合う ハイウエスト黒スキニー」

メアリ★あみあげスキニーデニム¥4389／レピピアルマリオ 半そでニット¥1899／グレイル イヤリング¥1320／クレアーズ原宿駅前店 バレエシューズ¥2197／スピンズ

ココハ★ハイウエストスキニーパンツ¥4290／ピンク ラテ ショート丈Tシャツ¥2197／スピンズ クリアベルト¥1749／レピピアルマリオ スポサン¥4389／ABC SELECT（ABC-MART）

中3・林芽亜里（はやしめあり）
（メアリ）

メアリ★チュールドッキングワンピース¥1799／グレイル ネックレス¥330／パリスキッズ 原宿本店 ポーチつきクリアポシェット¥3839／レピピアルマリオ サンダル¥1980／ハニーズ

そびに密着!!

ニコ㋲同士の初あそびに密着♥　それぞれやりたいことを事前にLINEで相談して遊びにいってきました！　世界が元気になったら、みんなも新しいクラスの友だちと遊ぼっ！

Photo/Ito Sho（ハルカ・コハル・ナナ・シズク・ミナミ）,Fujii Daisuke（カホ・ユラ・ユナ）Stylist/Yamashita Arisa Hair&Make/Yoshida Miyuki[B★side]（ハルカ・コハル・ナナ・シズク・ミナミ）,Akagawa Megumi（カホ・ユラ・ユナ）Model/Nozaki Nana,Hirasawa Haruka,Minato Koharu,Ota Shizuku,Tanaka Minami,Kawamura Kaho,Kondo Yura,Yoshioka Yuna Text/Fuse Kyoko Design/FLY

※衣装はすべて私物です。

シズク・ミナミは ぐだぐだおとまり女子会



おとまりしてから、翌朝もいっしょに準備して遊ぶパターン！　夜はいっぱい語る予定♥

シズクは「遊びグッズ」
ミナミは「フェイスパック」
を持って集合！

ふたりでパックをしたい♥ってことで、遊びグッズのほかにパックもゲット済み～！

かわいいー!!
このパック



誰か見るかなー？

やりたいこと3
インスタライブをやってみたーい！

今、おとまりしたときにインスタライブをしているコがいるって聞いて…やってみたい！

見てくれてるー！
あー！

中2・太田雫（シズク）



ダラダラ話してるだけで楽しい安定コンビ!!

中2・田中南（ミナミ）

いつのまにか zzzz
リアルはこっち!?

やりたいこと7
おでかけ用のおそろヘア

次の日の朝はいっしょにお出かけ準備をするよ！　おだんごヘアでおそろ感UPすることに決定！

真剣!!
うん、いい感じ!!
翌朝

持ち物やコーデはLINEで相談済み！

ハルカはダイソーでルームデコグッズ調査

白・赤・デニムをドレスコードに決定！　それぞれの持ち物のLINEで相談してたよー。

ハルカ・コハル・ナナは いちごあめでピクニック♡

SNSで人気

今、SNSで大人気の"いちごあめ"を作る！と決めた3人。当日ドレスコードも決めてテンション高まる～！



おかしづくりは得意！
動画で予習してきた！
この前、友だちとつくったの！

白×赤×デニムのリンクコーデで集合!!

持ってきたもの、おひろめー！

ナナはスコーン！
スタバのチョコチップスコーンがおいしい♥ということでナナはスコーンの調達が決定！

コハルはいちごみるく♡
いちご尽くしの一日にしたい♥と、飲み物はいちごみるくにすることにしたよ！

ハルカはデコグッズ
ただいちごあめを作るのではなく、かわいい写真も撮りたい！ってことで映えグッズを。

いちごあめ作りSTART!!

用意するもの
砂糖
いちご
竹串
水

他には…
キッチンペーパー
まな板
包丁
ボウル
測り
ヘラ
浅めのフライパン
クッキングシート
計量カップ

1 いちごを洗ってヘタを切り落とす
2 水分をしっかりと拭き取る！　大事!!
クッキングペーパーでしっかりと水分を拭き取る。水分が残っていると失敗の原因に！
3 竹串にいちごを差す
4 砂糖180gをボウルに入れる
5 水135mlを加える
6 フライパンに入れて火にかける
すぐに固まったらOK。
7 いちごをコーティング
8 余分なあめを落とす。大事！
9 クッキングシートに並べて固める

ハンパないちごは…食べちゃう!!!
分担作業　切る　さす　洗う

いちごあめ完成!!



大成功♡
ツヤツヤ　ツヤツヤ

予習&事前練習のおかげで、見た目は完璧！　つやっつやのいちごあめがおいしそ～！

いちごあめを持ってピクニックにGO♡

いっしょに作ると仲深まるし、楽しさも倍増!!



中3・平澤遥（ハルカ）
3人でワイワイ作るのが楽しかったー！　次はパリパリ音が出るいちごあめを作りたいな。

中3・湊胡遥（コハル）
ASMRみたいなパリッパリ音は出せなかったけど、でもおいしく出来た♥　またやりたい！

中3・野崎奈菜（ナナ）
ピクニック自体もかわいくできて大満足～！　いちごあめをみんなで作るのが楽しかった！

かわいくテーブルセッティング♡
飾り付けも！

バルコニーピクニック♥　風船で空間をかわいくデコったら、いちごあめピクニック準備完了！

みんなで食べるとおいしさも3倍ー!!

当日までのダラダラLINEも楽しみのうち♡

なかよしニコ㊪の初あ

税込1600円以内でお買いものするよ！

ブラン1

スキンガーデンで韓国コスメを買いたーい！

韓国に行かずとも韓国コスメをチェックできる人気店！

スキンガーデン
東京都新宿区百人町2-1-2 K-PLAZA2階 ☎03-5291-1808 ㊋10:00-20:00※新型コロナウイルス感染症の拡大状況により、営業時間が変更になる可能性があります。

たくさんあって悩むー！

店内にはたくさんのコスメがあって迷う3人。コスメの色を実際にチェックできるのはうれしい！

コレ！いい香り!!

ティント探してるの

今日はティントが欲しい！とティント中心に物色中。「春コスメだから…何色にしよう～?」

見た目もカワイイって最高

このアイシャドウ欲しー!!

決まったー？

計算中

お会計ターイム！

…え？

1663円です

あれー!?

1736円です

やったー！

1597円です

税込み1600円までで計算してね！って言った…よね？ ユナ？ 新小6だけど、大丈夫!?

予算オーバーをしたカホの横で予算内ユラが大喜び。いや、そういうゲームじゃないからw

ユラ・カホ・ユナは

はじめて新大久保

3人とも行ったことがない「新大久保」に行きたい！で意見が一致♥ 初上陸なんで、王道スポをめぐります！

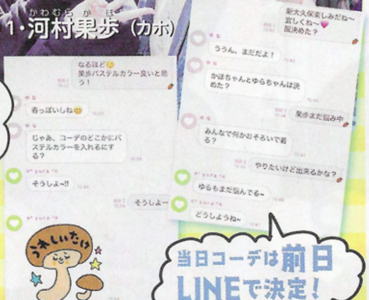


小6・吉岡優奈（ユナ）

中1・河村果歩（カホ）

中1・近藤結良（ユラ）

春らしくパステルミニプリーツに決定♡



当日コーデは前日LINEで決定！

スキンガーデンの人気シリーズG9SKINもチェック！

炭酸パックで透明感と肌トーン、保湿度UP! G9SKIN ミルクバブルエッセンスパック¥1650

水分と油分のバランスを整えて、肌がモチモチになる化粧水。G9SKIN ホワイトミルクトナー¥1650

塗るだけで、肌をぱっと明るく見せるウユクリーム。G9SKIN ホワイトホイッピングクリーム（ピンク）¥1650

ユラの購入品

ウィッチズポーチのチーク

エチュードハウスのアイシャドウ

チークだけど、アイシャドウにも使えそう♥ と思って、この色にしてみた。使うの楽しみ！

ユナの購入品

メディヒールのパック

エチュードハウスのアイシャドウ

16brandのティント

韓国で大人気のパックを使ってみたかったの！ お目当てのティントもゲットできて満足。

カホの購入品

16brandのティント

16brandのアイシャドウ

セールで安くなっていたコスメを中心に選んだよ！ パケもかわいいのが韓国コスメの魅力。

大満足



ブラン2

ランチはGOGOタッカルビ チーズマニマニのモクパンセットを食べたーい！

GOGOタッカルビ チーズマニマニ
東京都新宿区大久保1-15-17 サンハイム大久保2F ☎03-6228-0032 ㊋11:00-23:00※新型コロナウイルス感染症の拡大状況により、休業中の可能性があります。

モクパン動画で見るだけだった韓国チキンやチーズボールを食べれる！とひっきりなしに中高生が訪れる人気店。



おいしいー！

初のチーズボール＆韓国チキンに感動中。ピリ辛のヤンニョムチキンもユラはイケたって♥

辛いのもイケる!!

びよーん

YOUTUBEモクパンセット
1人前¥1280（税別）
※2人前から注文可

ブラン3

話題の韓国マカロンmamarontokyo（ママロントウキョウ）でトゥンカロンを食べながらひとやすみ

韓国式マカロン、トゥンカロンって知ってる？ クリームたっぷりおいしいのに、見た目もかわいい♥と大人気！

路地裏にお店発見！

mamarontokyo
東京都新宿区百人町1-4-19 高峰ビル1F ☎03-6273-9192 ㊋11:00-sold outまで※新型コロナウイルス感染症の拡大状況により、営業時間が変更になる可能性があります。



サツマイモ ¥385

ショコラブラウニー ¥385

チョコバナナ ¥385

一口ずつシェア♡

やりたいこと1

いっしょに近所の温泉へ！



家の近くのスーパー銭湯へ！ いっしょにオフロに入ると、より仲が深まるってもの！



やりたいこと2

夜ごはんの後は…おかしパーティー！

おかしは別腹だよね！

おかしは別腹ですから!! いっしょにスーパーへ行って新作おかしをチェックするのも楽しい！

やりたいこと4

おそろパジャマを着る♡

おそろパジャマを着るってだけでテンションあがる～！ いっしょに準備しても楽しい！

やりたいこと5

フェイスパックで美容タイム！



本来の目的はもちろん、一緒に写真を撮りたい♥ かわいさ重視で今日はポイントパック。

やりたいこと6

女子トーク

シズク：おとまりしてみたかった～！
ミナミ：おとまりすると一緒にいる時間が長くて楽しいよね！ 明日のおでかけ準備もしたり。
シズク：いっぱいお話もできるしね！



コ㋲誕生!!

全ニコ㋲の生脚写真から投票する美脚審査を決行！　ガチ審査をくぐり抜けたトップ6人はニコラが誇る新生美脚ニコ㋲に決定！　そんな美脚ニコ㋲たちの美脚テク、知りたくない?



投票結果

1位 マナ　2位 セナ　3位 ユナ
4位 マノカ　5位 メアリ　6位 コハル



筋肉ありできゅっ！と引き締まったメリハリ脚

まぶしすぎるまっすぐ脚、最年少美脚

ガーリー服が似合う女の子らしいライン♡

マナの1位 メリハリ美脚

高1・安村真奈

身長 170.4cm

股下の長さ 79cm

太ももまわり 48cm

ひざ下の長さ 49cm

ふくらはぎまわり 33cm

足首まわり 19.2cm

マナ★ゼブラキャミ¥1758／スピンズ　リブメロウT¥1089／GU　スカート¥2750／トゥウィンクルビーエム あべの店　パッチンピン(4色セット)¥1089／ラブトキシック　イヤリング¥770／クレアーズ原宿駅前店　シューズ¥4290／T&P渋谷109店

ユナの3位 スラリ美脚

小6・吉岡優奈

身長 167.5cm

股下の長さ 83cm

太ももまわり 42.5cm

ひざ下の長さ 48.2cm

ふくらはぎまわり 29cm

足首まわり 19.8cm

ユナ★チェーン付きキャミ+Tシャツセット¥4290、ショーパン¥3850／ともにピンク ラテ　ヘアピンセット¥429／サンキューマート原宿竹下口店　イヤリング¥611／クレアーズ原宿駅前店　チェーンベルト¥635／セブンズ　ブーツ¥2899／グレイル

メアリの5位 ほっそり美脚

中3・林芽亜里

身長 165cm

股下の長さ 75cm

太ももまわり 44.5cm

ひざ下の長さ 45.2cm

ふくらはぎまわり 31cm

足首まわり 19cm

メアリ★トップス¥3299、スカート¥4399／ともにW♥C　イヤリング¥429／サンキューマート原宿竹下口店　チョーカー¥330／パリスキッズ原宿本店　ソックス(3足)¥1100／チュチュアンナ　シューズ¥4290／T&P渋谷109店

マナのセルフ美脚テク

☑脚マッサージ ☐着圧ソックス ☑足上げ ☐エア自転車

テク1 足上げ5分は日課!!



むくみは美脚の大敵！　壁に脚をもたれかけた状態をキープするだけで老廃物が流れ、すっきりするからおすすめ！

マナ★タンクトップ¥4290／NiCORON 渋谷109　ショーパン¥429／サンキューマート原宿竹下口店

テク2

1 足首まわしからスタート



意外と凝り固まっている足首をほぐすところから。足首を大きく動かしてぐるぐると回す。

2 ふくらはぎは全方位グーでゴリゴリ



ふくらはぎは特に念入りに。左右、表裏を下から上へゴリゴリとさすり上げてむくみを取る！

3 太ももも同じように全方位をグーでゴリゴリ

4 老廃物を太もものつけ根に流して終了



ユナのセルフ美脚テク

☑脚マッサージ ☑着圧ソックス ☑足上げ ☑エア自転車



足の甲から太ももまでカバー。

テク1 マッサージは太ももを重点的に!!

1 太ももの内・外をもみほぐす



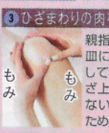
太ももについた余分な肉を手のひら全体でつかみながら、落ちやすい柔らかい肉にする！

2 太ももをたたく



頑固な脂肪やむくみは叩いて流すと良いらしい。張っている筋肉がほぐれる効果も！

3 ひざまわりの肉をほぐす



親指でひざのお皿に沿ってほぐしていくよ。ひざ上に肉がのらないようにするために必須！

4 ひざ上～太もも全体を下から上へ流す

手のひら全体を使って力を入れながら下から上へさすり上げる！　老廃物を流すよ。

5 太もものつけ根を押して老廃物を流す

下から上に流した老廃物の最後の仕上げ！　太もものつけ根をしっかりとプッシュ！

テク2 座りながら太ももトレ



イスに座るときに少し足を浮かせるだけ！　太もも前面と腹筋に効くよ。日常の中でのちょいトレーニングを意識！

ユナ★スポーツT¥1089／GU　ラインパンツ¥1625／セブンズ　ショーパン¥429／サンキューマート 原宿竹下口店

テク3 ひざを床につけない!



ひざが黒くなるかな?と思って、床にひざをつけないように気をつけてる！　ひざのお皿が大きくなるのも防げて◎。

メアリのセルフ美脚テク

☑脚マッサージ ☑着圧ソックス ☑足上げ ☐エア自転車

テク1 つま先立ち歩き



ふくらはぎの筋肉を刺激するためにも、気がついたときにつま先立ちして歩くことも。筋トレ&むくみ解消になるよ！

メアリ★タンクトップ¥429、ショーパン¥429／ともにサンキューマート 原宿竹下口店

テク2 アキレス腱伸ばし&ヒザ肉撃退!!!

1 足指の間に手を入れて足首をまわす

2 アキレス腱をほぐして伸ばす



足首上をつかみ、かかとをつかんだ手をぐっと奥へ押し出すようにしてアキレス腱を伸ばす！

3 ふくらはぎを下から上へ



ふくらはぎを手のひら全体でつかむようにして、下から上へ少し強めにさすり上げる。

4 ひざ上の肉をつぶす



ひざ上に溜まった老廃物と余分な脂肪を分解するため、肉をつかんでつぶして流す！

5 太ももの肉をつまんでつぶす

6 下から上に流して股関節を押して終了



メアリ★スカーフ¥1650／arCONOMi(CONOMi)

\ 全㊹の生脚をガチンコ投票して決定!! /

新生美脚ニ

Photo/Takemura Makiko Stylist/Yamashita Arisa
Hair&Make/Ichioka Ai[PEACE MONKEY]
Models/Yasumura Mana,Hayashi Meari,Hirose Manoka,Minato Koharu,
Kumihashi Sena,Yoshioka Yuna Text/Fuse Kyoko Design/Londonz
※クレジットのないものは私物です。

美脚ニコ㊹がやってた共通ケア♡

- ☑ 脚マッサージ　マッサージは日課！ 何回とかではなく“気が済むまで”が共通ルール。
- ☑ 着圧ソックス　脚の疲れやむくみに働きかける着圧ソックスを愛用するニコ㊹多数。
- ☑ 足上げ　寝ながら足を上げるだけでむくみが解消できちゃう簡単テクニック。
- ☑ エア自転車　むくみ解消と同時にエクササイズにもなって一石二鳥！



コハル★チュールかさねTシャツ¥3190／ピンク ラテ　スカート¥2090／スピーガ 渋谷109店　飾りピン（5本セット）¥330／パリスキッズ 原宿本店　ブーツ¥5498／sango 原宿2号店

マノカ★メッシュロンT¥3278、サロペスカート¥6578／ともにヴォルカン&アフロダイティ 渋谷109店　パッチンピン（3色6本セット）¥415／セブンズ　イヤリング¥550／パリスキッズ 原宿本店　ソックス（3足）¥1100／チュチュアンナ　シューズ¥4398／sango 原宿2号店

セナ★メッシュT¥429、イヤリング¥429／ともにサンキューマート 原宿竹下口店　中に着たリブトップス¥1759／W♥C　スカパン¥3850／ピンク ラテ　シュシュ¥330／クレアーズ原宿駅前店　2連ネックレス¥1760／グランドエッジ 渋谷109店　ソックス※店舗限定（3足）¥1100／チュチュアンナ　シューズ¥4398／sango 原宿2号店

セナのセルフ美脚テク

☑ 脚マッサージ ☑ 着圧ソックス ☑ 足上げ ☑ エア自転車



テク1 メディキュットはほぼ一日中！



むくみ予防にもなるし、脱いだあとのすっきり感はクセになる！ 寝ながらメディキュットはほどよい圧でおすすめ。

セナ★スカーフ¥1650／arCONOMi(CONOMi)

テク2 踏み台昇降1時間!!

YouTubeやTVを観ながらやるだけだからあっという間！ 運動になるからカロリー消費にもなるし、筋トレにも！



テク3

1. おフロ上がりにニベアで保湿
2. 時間をおいて浸透させる
3. 下から上にひたすらコロコロ



手でもやるけど、ほぼコロコロ。無心になって下から上へやるだけでむくみが取れるから、楽ちんなの！

4. 太ももは下から上にさすり上げる
5. 太ももからおしりにかけてさすり上げる



太ももからおしりまわりは手で！ 手のひら全体を使って腰くらいまでさすり上げることで老廃物流しの効果が！

セナ★Tシャツ¥6380／ヴァンズ（ヴァンズ ジャパン）　サイクルパンツ※一部店舗のみ販売¥1089／GU

マノカのセルフ美脚テク

☑ 脚マッサージ ☑ 着圧ソックス ☑ 足上げ ☐ エア自転車



テク1 ムクミ防止で脚は冷やさない！



脚は冷えやすいし、冷えるとむくみの原因や脂肪が固まる原因にもなるから冷えないように靴下をはいてるよ。

テク2 バレエの先生直伝マッサージを毎日！

1. 足の指を動かしてほぐす
2. 足の甲をさすり上げる
3. くるぶしを強めに押してほぐす



コリ固まっているアキレス腱まわりをほぐすよ。アキレス腱がしっかりと出ているのも美脚見えのポイント。

4. ふくらはぎを下から上にプッシュしながら引き上げる
5. ひざのお皿を動かす



ひざのお皿をつかみ、お皿自体を回したり、動かしたり。ひざまわりの筋肉や脂肪をしっかりとほぐすのが目的！

マノカ★ショーパン¥429／サンキューマート 原宿竹下口店

6. グーで太ももをさすり上げる

テク3 脚が疲れた日は高くして寝る！

むくみが気になる日は脚の下にクッションなどを入れる脚まくらをして寝ると、老廃物が流れてむくみが解消。

コハルのセルフ美脚テク

☑ 脚マッサージ ☑ 着圧ソックス ☑ 足上げ ☑ エア自転車



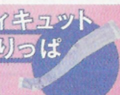
テク2 エア自転車は60回！

脚を上げる＝むくみ解消だし、さらに自転車こぎをすることで筋トレにも！ 毎日寝る前にやるようにしてる！



コハル★タンクトップ¥1089／レピピアルマリオ　サイクルパンツ※一部店舗のみ販売¥1089／GU

テク1 メディキュットに頼りっぱ



寝ながらメディキュットを愛用！ むくみはそのままにしておくと脚が太くなると聞いて、毎日はいているよ。

テク3 マッサージは太ももを重点的に!!

1. オフロ上がりはハトムギ化粧水→ボディクリームで保湿
2. 足の甲をグーでさすり上げる
3. ふくらはぎ、太ももを下から上にさすりあげる
4. グーでひざまわりをほぐす



コリ固まった脂肪や老廃物は力づよくほぐしてから流すのがポイント！ 忘れがちなひざまわりもしっかりと。

5. 太ももをさすり上げる



太ももをグーの手でマッサージ。つけ根に向かって全面をさすり、老廃物をしっかりと流してあげるよ。

6. 太ももをしぼり上げる



太ももについてしまった脂肪を手のひら全体で包み込み、しぼるようにして刺激を！ 脂肪はつぶす!!に限る。

カンタンにできる！
うっとり美肌

夏が近づく今こそ、むだ毛ケアを始めるタイミング。「むだ毛は気になるけど処理って大変そう」って思ってるコ！　エピラットを使えば、肌を傷めずに簡単にケアできちゃうよ♡

Photo/Fujii Daisuke Stylist/Ohashi Miki Hair&Make/Akagawa Megumi Models/Yasumura Mana,Machida Erina Text/Etchuya Shoko[ADVEX2] Design/Flamingo Studio
※クレジットのないものは私物です。

ニコ㊟の美肌はエピラットのおかげ♡



高1・町田恵里那（エリナ）

高1・安村真奈（マナ）

そらないケアのいいところ♡

うーん…

カミソリでそると…
手軽にできて楽チンだけど、毎日そるのが面倒だったり、肌を傷つけたりしないか心配。生えてきたときのチクチクも気になる！

イイね！

エピラットシリーズなら♪
肌を傷つけず、簡単なステップでむだ毛ケアできるよ。除毛クリームなら最大1週間ツルスベ肌が続くから、毎日処理しなくてもOKだよ！

エリナ☆パジャマ（上下セット）¥2959／チュチュアンナ　タンクトップ¥1428／スピンズ　ヘアゴム¥330／パリスキッズ 原宿本店

マナ☆パジャマ（ロングパンツとセット）¥2959／チュチュアンナ　タンクトップ¥999／グレイル　シュシュ¥550／クレアーズ原宿駅前店

エリナが使ったのはコレ！



もぎたてシトラスの香り

除毛クリームキット（スピーディー）
[医薬部外品] 150g

たった3～6分でむだ毛がスッキリ！　ぬって流すだけだから、時間をかけずに処理できるよ。急いでいる時やサッと済ませたいコにもおすすめ。おうちで簡単にツルスベ肌になっちゃおう♡

※うるおい保護成分：カモミールエキス、海藻エキス、お茶の葉エキス、ハマメリス水配合

除毛クリームはこんなコにオススメ！

- ☑ 肌を傷つけずにケアしたい！
- ☑ なめらか肌になりたい！
- ☑ 腕、ワキ、脚などいろんなところをケアしたい！



～除毛クリーム編～　おうちでラクラクケアできちゃう♡



エリナ☆セットアップ¥3298／スピンズ　Tシャツ¥2640／ラブトキシック

おうちで エピラットでつくる

～脱毛テープ編～ 学校でコソッとキレイになれる♡

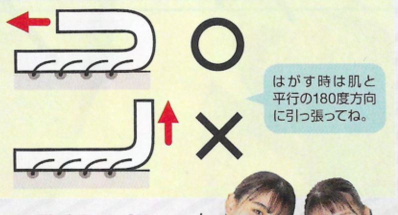


どこでも使える脱毛テープ!

脱毛テープ

ミニサイズ（22枚入り）

貼ってはがすだけで簡単に脱毛できちゃうアイテム。根元からしっかり脱毛できるから、なんと最大約1ヶ月もツルツル肌が続くよ！　大きいサイズもあるから使いたい場所に合わせて選んでね。



脱毛テープはこんなコにオススメ!

- ☑ 1ヶ月に何回もムダ毛ケアするのはめんどくさい!
- ☑ むだ毛を少しでも見つけたら、すぐにどうにかしたい!
- ☑ すばやくパパッとすませたい!





マナが使ったのはコレ!



脱色クリーム（敏感肌用）

[医薬部外品] A液55g+B液55g

混ぜて、ぬって、流すだけでむだ毛を自然なゴールド色にできるよ！　必要な箇所に合わせて、必要な分だけ使えるチューブタイプなのもうれしい♡ アレルギーテストやパッチテストもしているから、初めてのコや敏感肌のコにもオススメ。

※うるおい保護成分：カモミールエキス、海藻エキス、植物性スクワラン、ローヤルゼリーエキス配合

脱色クリームはこんなコにオススメ!

- ☑ 毛はそらないで自然に見せたい!
- ☑ 親から「毛をそらないでね」と言われている
- ☑ むだ毛は多くないけどケアはしたい



※使用上の注意をよく読んで正しくお使いください。ご使用前には毎回必ずパッチテストをしてください。

※全ての方にアレルギー・皮フ刺激が起こらないということではありません。

～脱色クリーム編～ 旅行中のむだ毛もこわくないっ!



使い方はカンタン♡

ホームページをチェックしてね!



自分に合ったケアがチェックできる「ぴったりサーチ」やお手本ムービーなど、商品の選び方から使い方までわかりやすく紹介してるよ!

＼ここからアクセス!／
https://www.kracie.co.jp/epilat/

商品のお問い合わせ先
クラシエホームプロダクツ お客様センター
0120-540-712

epilat エピラット ラインナップは盛りだくさん♡

除毛、脱色、脱毛と種類がたくさん！　使いたいシーンや肌に合わせて、好きなものを選べるのがうれしいね♪

除毛クリーム



除毛クリームキット（トリートメントEX配合）
[医薬部外品] 150g
しっとりなめらかタイプの除毛クリーム。うるおい保護成分配合でつるつるな仕上がりに♪　¥1078（編集部調べ）
フルーティフローラルの香り
※うるおい保護成分：トリートメントEX（シアバター、マカデミアナッツオイル）、カモミールエキス、海藻エキス配合



除毛クリームキット（スピーディー）
[医薬部外品] 150g
除毛時間の短いスピーディータイプの除毛クリーム。急いでいる時もこれがあると助かる！　¥1078（編集部調べ）
もぎたてシトラスの香り



除毛クリームキット（敏感肌用）
[医薬部外品] 150g
肌をいたわりながら除毛する敏感肌用タイプの除毛クリーム。初めてのコにもおすすめ。¥1078（編集部調べ）
やさしく香るグリーンフローラルの香り
※うるおい保護成分：セラミド[(2S,3R)-2-オクタデカノイルアミノオクタデカン-1,3-ジオール]、カモミールエキス、海藻エキス配合



除毛クリーム
[医薬部外品] 110g
根元から除毛できるから処理後の断面がキレイ！　なめらかな仕上がりの除毛クリーム。¥995（編集部調べ）
ほのかなシトラスの香り

脱色クリーム



脱色クリーム（敏感肌用）
[医薬部外品] A液55g +B液55g
嫌なにおいのしない無臭タイプで使いやすい！　敏感肌のコにおすすめの脱色クリーム。　¥995（編集部調べ）



脱色クリーム（スピーディー）
[医薬部外品] A液55g +B液55g
脱色時間の短いスピーディータイプ。そりたくないむだ毛も5分で脱色できちゃう！　¥995（編集部調べ）

脱毛テープ



脱毛テープ（14枚入り）
貼ってはがすだけの脱毛テープ。大きいサイズは広い部分も一度に処理できてうれしい！　¥995（編集部調べ）

ミニサイズもあるよ!（22枚入り）
ポーチに入れて持ち運べるミニサイズもあるよ。気づいた時にササッと処理できちゃう！　¥576（編集部調べ）



※店舗により品ぞろえが異なるので、お店に在庫がない商品もあります。

買いすぎ注意報♥

ソで かわいいをアップデート!

安くてかわいいコスパ神アイテムがてんこ盛りなウチらのミカタ、それがDAISO♡　中学生の必需品がなんでもそろうDAISOで、みんなもかわいさをアップデートしちゃお!

Photo/Tsutsumi Hiroyuki Stylist/Ohashi Miki Hair&Make/Akagawa Megumi Model/Kitagawa Kanon,Hirose Manaka,Ota Shizuku Design/Saito Junko

※クレジットのないものはすべて私物です。

UP DATE! KAWAII by DAISO

ビューティなコスメグッズで自分史上一かわいくアプデ!

SNSで話題になることも多いコスメはもはや中学生の定番。お値段以上な実力派アイテムをゲットして♡

ニコ㊊もニコ㊔もめっちゃダイソー買ってた!!!

※購入品は私物です。在庫がない場合もあるのでお店には問い合わせしないでね!

収納力と見栄えが◎なコスメ収納ケース♪ 中2・まいちゃん

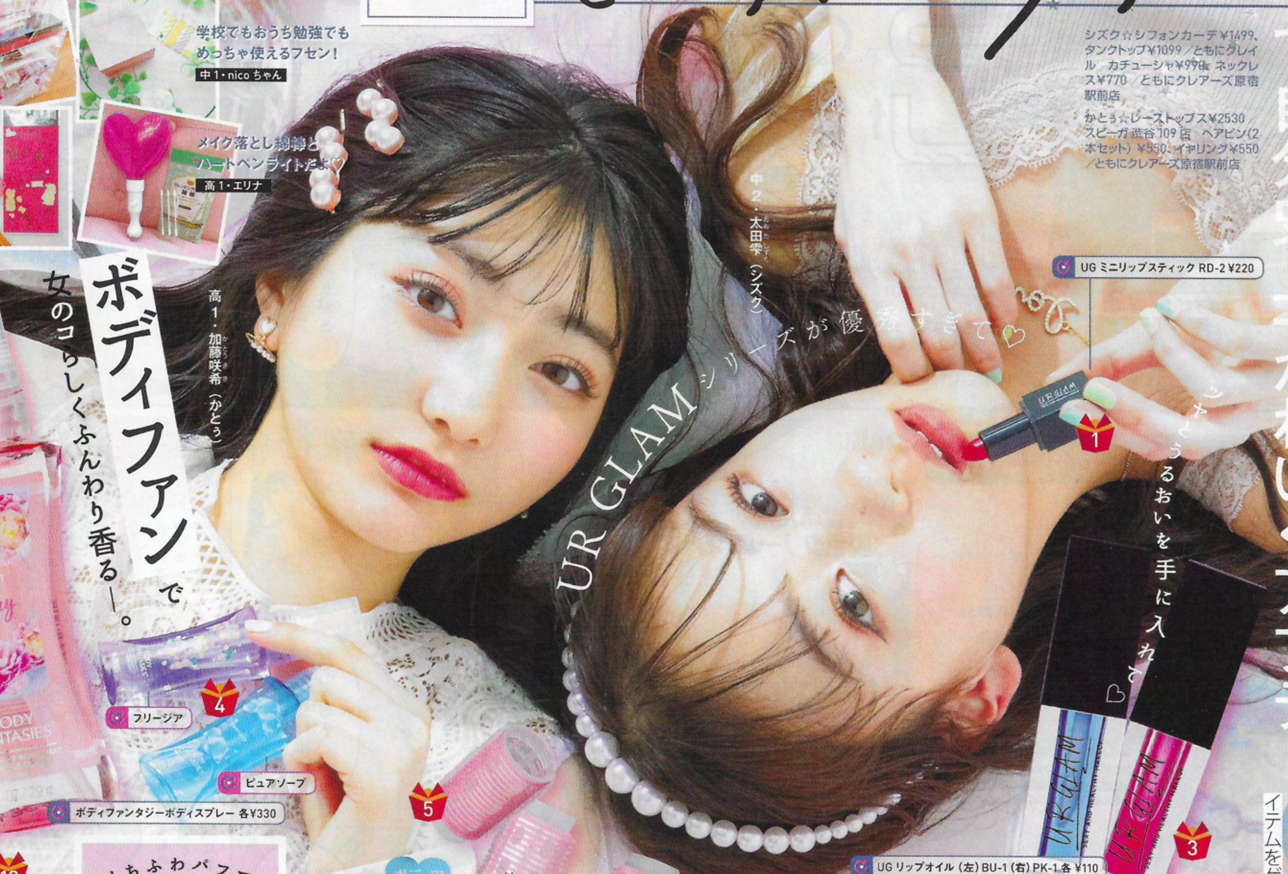
学校でもおうち勉強でもめっちゃ使えるフセン! 中1・nicoちゃん

まわりでハヤってたステショをゲット! 中1・ユラ

メイク落とし綿棒とハートペンライトだよ♡ 高1・エリナ

シズク☆シフォンカーデ¥1499、タンクトップ¥1099／ともにグレイル　カチューシャ¥990、ネックレス¥770／ともにクレアーズ原宿駅前店

かとう☆レーストップス¥2530／スピーガ渋谷109店　ヘアピン(2本セット)¥550、イヤリング¥550／ともにクレアーズ原宿駅前店



高1・加藤咲希(かとう)

中2・太田雫(シズク)

UR GLAMシリーズが優秀すぎて♡

1 UG ミニリップスティック RD-2 ¥220

ぷるっとうるおいを手に入れて♡

3 UG リップオイル(左)BU-1(右)PK-1各¥110

ボディファンで女のコらしくふんわり香るー。

2 スウィートピオニー

4 フリージア

ピュアソープ

ボディファンタジーボディスプレー 各¥330

12 夏感たっぷりなピュアオレンジ。 It girl マットクレヨンリップ 純情ピーチ ¥110

5 前髪ふわっ、くるんっ♡ マジックカーラー(2.8㎝)4個¥110

6 パックのうるおいをアプデ!! シリコーン潤マスク 3D ピンク ¥110

11 もちふわパフで美肌仕上がり♡ ジェルパフ ¥110

13 しっかり発色! カラバリ豊富! GENEネイル(左)ローズピンク(右)ラメピンク各¥110

10 ぬるだけで、パッと白肌♥♥♥ 日本製トーンアップクリーム ¥220

8 ニコ㊊激推し。アイメイクがするっと落ちる! クレンジングオイル綿棒 ¥110

9 #ほんの～り ハチミツの香り #無色 #保湿力バツグン! 日本製リップクリーム ¥110

7 小鼻の黒ずみに救世主キタ――!! 小鼻すっきり炭パック ¥110

14 キラツヤ おめめになれる! 日本製シャイニーグロウアイズ(左)ラベンダー(右)ブラウン各¥110

15 じゅわっと、色づく女のコ顔に。 It girl クリームチーク&リップ 待ち伏せローズ ¥110

16 ツメにツヤが出て女子力アガル♡ つめみがき(3ステップ)¥110

ダイソー



ダイソーグッズプレ！

かわいくて使えるダイソーグッズを各1名にプレゼント！ ほしいコはP63の応募用紙に番号を書いて送ってね

中3・広瀬まのか（マノカ）

学校グッズでスクールライフもかわいくアプデ!

文具具やお弁当箱などの学校グッズもDAISOにおまかせ♪ 休校明けにかわいい持ち物で新クラデビューしよ！

UP DATE! KAWAII by DAISO

#TO DOリストになるマステ！
かわいくてモチベUP！

（上）マスキングテープ（BND クール）¥110
（下）単語帳（BND クール）2冊 ¥110

部活のノートにもピッタリサイズ！

25 合皮調カバーノート（B6、48枚、80sシンプル）¥110

22 タテ型で使いやすさ◎
スタンドペンケース（BND クール）¥110

最強コラボで実用性最高。
26 まとまる消しゴム激落ちくん 2個入り ¥110

24 オシャレボトルドリンクを作っちゃおー！
スリムボトル ¥110

23 学校ヘアはこれ1つで完成！
缶入ヘアアレンジセット ¥110

マイルドカラーでおしゃノート作ろ！
18 マーキングペン 5P セット パステルカラー ¥110

19 ランチタイムもかわいく♡
スクエアBOX（グラデーション、ピンク）2個 ¥110

17 学校生活が楽しくなりそ～！
（右）スライダーケース入紙ふせん（BND ホスピタル）¥110
（左）スタンドペンケース（BND ホスピタル）¥110

文房具

21 のアレンジにもオススメ♪
（右）シートシール（シンプルフォント）¥110
（左）クラフトシール（フルーツ）¥110

16 友だちへおくるのにベンリ♡
（右）フレークシール（PGS パーティー）¥110
（左）ミニレターセット（PGS パーティー）¥110

20 ピンク×パープルのバイカラーにきゅん♡
プラペンケース（パステル、バイカラー）¥110

マノカ☆ベスト¥6380、シャツ¥4180、リボン¥1980／すべてCONOMi



女子力グッズで毎日をかわいくアプデ！

UP DATE! KAWAII by DAISO

ポーチやヘアアクセもかわいいものを発見！ 持ってるだけで楽しい気分になるアイテムを紹介しちゃうよ～！

高1・町田恵里那（エリナ）

小物までかわいくてこそ女子

ビニールケース（PMU うさみみキャット）¥110

32 自分らしくかざりたーい サブバにもなるBigバッグ
PP ボートバッグ（キャンディーハーツ）¥110

33 マルチケース（PMU うさみみキャット）¥110

31 コンタクトケース（PMU パステルキャンディ）¥110

34 37 大人かわいいハブラシセット
歯ブラシ（ポーチ付、メッセージ）¥110

35 ピックミーアップシリーズにドはまり♡
ピルケース（PMU うさみみキャット）¥110

36 カラフルで推せる☆
ヘアピン（レインボー）¥110

38 スキンケアの時もかわいくいたい♡
ふわふわターバン（クマ）¥110

39 大人っぽく盛るよ♡
デザインピン（アソートセット）¥110

（上）アイマスク（PMU うさみみキャット）¥110
（下）オーロラジップバッグ（PMU うさみみキャット）10枚 ¥110

エリナ☆ブラウス¥3190／ラブトキシック ヘアピン（4本セット）¥660／クレアーズ原宿駅前店



お部屋グッズでおうちの中もかわいくアプデ！

UP DATE! KAWAII by DAISO

おうち時間を充実させてくれるお部屋グッズもたくさん。かわいくおしゃれに片づけて、見た目からアップデート♡

中3・北川花音（カノン）

見てー！ かわいく収納でーきた!!

かわいすぎる押しピン発見！
ハート型プッシュピン 50本入り ¥110

コルクボード（片面 30cm × 30cm）¥110

超人気のクリアBOX！

27 3段引き出しケース（書斎、クリア）¥220

チラッと見えるロゴがおしゃれなの。

28 29 クリア BOX ペンスタンド（手書き風）¥110
クリア BOX 小物トレー（手書き風）¥110

30 SNSで話題の収納ケース
スクエア収納BOX（26×19×11.5）ダークグレー ¥110

カノン☆サロペット¥5489／レピピアルマリオ レーストップス¥3190／ラブトキシック リボンヘアクリップ¥550／スピンズ

オープンな1日

Photo/Ito Sho Stylist/Yamashita Arisa Hair&Make/Yoshida Miyuki[B★side] Model/Nozaki Nana Design/Tanabe Rino
※クレジットのないものは私物です。

オロナイン連載2回目はナナに密着！　ナナの理想のGWは、手作りのお菓子とかわいいお洋服でのんびりすごすこと♡　みんなもお休み楽しんでね～！



中3・野崎奈菜（ナナ）

ナナ☆Tシャツ¥2530 ／ピンクラテ　スカート¥2299 ／グレイル　カンカン帽¥3190 ／マジェスティックレゴン　イヤリング¥429 ／サンキューマート原宿竹下口店

ナナのこともっと知りたーい！

プラベでもお菓子作りが大好きです♡



メレンゲクッキー♡

こだわりはかわいい形にしたこと♡　思ったよりカンタンだから、ぜひマネしてみてね！



カップケーキ♡

おうちにある材料だけで作ったよ！　ハート、パール、ラメパウダーなどいろいろできた！





アイシングクッキー♡

くまは素朴にしたくてあえてシンプルに、ユニコーンはキラキラ感を意識して作ったよー！

みんなのおしゃ撮り投稿

中1・みゆゆゆんちゃん



大きい「ヤ」がインパクト強くて映え☺　黒糖タピオカがもちもちで美味しい～

中3・nanaちゃん



ハワイみたいなお店でオレンジジュースを飲んだよ。カップも背景もかわいくてお気に入り！

中1・みはるんこちゃん



タピオカが好きすぎて毎日デブ活。太るけど美味しすぎるから大好き～!!

お気に入り写真を投稿してね！

あて先　oronine@nicola.jp

応募方法　おしゃれな写真を添付してメールを送ってね。加工や合成も大歓迎!
メールのタイトル(件名):おしゃ撮り投稿
メールの本文:①学年②誌面に載せたい名前③写真の説明コメント

注意　応募してくれた写真はニコラに掲載される場合があります。お友だちと写っている場合は、必ず許可をとってね。また、制服や学校ジャージなどの雑誌掲載が禁止されているコは注意してね。



抽選で1名様にナナのサイン入り写真プレゼント！


オロナイン連載
vol.2
ニコ㋲の
1日密着
アルバム
お菓子作りしてのんびりすごそう♡
ナナ's cafe
焼けるのを待ってる間に今日のお洋服やコスメを選ぶよ！
やっぱりピンクが好き♡
おうちですごす日もおしゃれしたいよね♡
オーブンに入れたら
うまく焼けるかそわそわ…
何度も見に来ちゃう（笑）
軽いやけどは
オロナインでケア♡
チョコを溶かすと
良いにおいで
いやされるよね♡
熱いから気をつけて！
ナナ's cafe
準備スタート！
AM7:00
おかし作り開始♡
休校中もお菓子作りしてたよ♡
今日はチェリーブラウニーを作りますっ☝
少し早く起きてお菓子作りをします！
ナナ☆ブラウス¥1780／ハニーズ　スカパン¥3850／ピンク ラテ　パッチンピン¥429／サンキューマート原宿竹下口店
1
2
3
4
最後にふわふわの生クリームをしぼってさくらんぼをのせるよ
わーい焼けたよ〜！
1個分全部味見しちゃお♡
おいしく焼けた♡
チェリーブラウニー完成!!
準備OK!!
nana's cafeをオープンするよ！
AM9:00
カフェの飾りつけ
黒板書いたり…
クマも一緒に♡
かわいいカフェにしたいから
ゆっくり準備するよ☺
お花とぬいぐるみたくさんのガーリーなカフェにしてみたよ♡　わたしっぽいでしょ？
nana's cafeへ
ようこそ♡
AM11:00
待ちに待った…♡
ナナ's cafe
オープン！
PM4:30
お片づけ後の休けい中♡
片づけしたら、ちょっと休けい♡
おいしくてずっと食べちゃう（笑）
また来てね〜♡
ナナ's cafe閉店！
ご来店ありがとうございました♡

バッグぬきうち24時

Photo/Fujii Daisuke（マホ、カナミ、マナ、エリナ、メアリ、ココハ、アム、コハル、ナナ、ミナミ、ユラ、カホ）, booro［BIEI］（かとぅ、マノカ、セナ、ユナ）, Ito Sho（ハルカ、シズク）, Tsutsumi Hiroyuki（カノン）, Takemura Makiko（リミ）, Masumot Kohji（stills） Models/NICOMO Allstars Text/Yamazaki Emiko Design/Oi Harumi, Amano Momoka, Ishii Mayu（ma-h gra） ※ニコ㊦の衣装、バッグ、バッグの中身は全て私物です。

何も知らずに撮影にやってきたニコ㊦たち。突然現れたマホカナポリスの「バッグ見せて」の職務質問(?)に抵抗する人あり、ボーゼンとする人あり！ 抜き打ち検査、始めるよ～！



高1 カナミ 小林花南（こばやしかなみ）
365日 物少ないです BAG



写真バツグン！ iPhone 11 Pro
とにかく写真の画質がエグイから、ニコ㊦に「カナミ写真撮って～」ってよく言われるw

スピンズのイヤホンケース
音がないと死んじゃう人種♡

キルシーのミラー
薄くて開く手間がないから缶バッジミラーが好き。韓国ロケでキルシーの方に頂いた♥
韓国で頂いた♡

おさいふは大人なピンクベージュ
原宿行くときは欲しいものがいっぱいあるので¥15000とか、かなり奮発して入れてくよ。

ニコ㊦愛用のアパくし！
ニコ㊦御用達アパホテルでもらえるアメニティのくし！ コームで前髪、後ろはブラシで。

3CEのマットリップ
ビーアイドルのリップ
クラランスのリップオイル
リップ1本じゃダメなんです♡
オイルリップなど保湿重視で、1日何度も色チェンするよ。みんな大好き3CEの909も♥

友達からの誕プレBAG

ピッタ命♡
ピンク、ラベンダー、白、黒を持ってる。つけてるの忘れるほど軽くて紫外線もカット！

高1 マホ 若林真帆（わかばやしまほ）
ブラックバッグinバッグ BAG



カナミ＆マナとのプリ
前は学校の友だちの証明写真をスマホに入れてたし、なんか写真系持ち歩きがち説あり。

ミュウミュウの本気さいふ！
長く使えるおさいふが欲しくて、ママとお金を出し合って買ったハイブランドのやつ！
ママとお金出しあった！

バス＆ボディワークスのハンドジェル
ジルのハンドクリーム
DHCのコンシーラー
アパホテルのアメニティのコーム
キャンメイクのパウダー
スウィーツスウィーツのリップコート
ペリペラのリップ
HOJOのリップ
HOJOのリップでチャイボーグ
D-UPのアイライナー
クリオのラメシャドウ

17kgのがま口バッグ

WEGOのポーチはサイズ感よき♡
リップはマット系。チャイボーグメイクが気になるからHOJOのリップがお気に入り。

ミンティアブリーズはピンク派
飛行機の中で口がさみしいときに一粒。味が濃くて食べ応えがあっておいしくて推せる！

iPhone 11 Pro
スマホケースにステッカー入れる
ビックカメラで買った透明ケースに、昨日福岡のX-girlでもらったステッカー入れてみた。

高1 かとぅ 加藤咲希（かとうさき）
ご要望全てに対応します BAG



らぶ干し梅♡
ファミマ一択！
ファミマのは梅のリアル感がいい。…まぁ原材料は梅なので、リアルなのは当たり前かw

ニコラ読書部図書

シナモロールのパスケース
かわいいんだけど、思ったよりサイズが小さくて、カギ1個しか入らない致命的ミス…。

iPhone SE
ケース売ってない…

サマンサのお財布
偶然イニシャル
ファンプレです。三つ折りで小さいのでかさばらず、何よりサマンサなのがアガります！

スピンズのワイヤレスイヤホン

フィアンセのハンドクリーム
期間限定品なのに同価格がオトク♡
限定品も通常品も値段が同じで、だったら限定でしょ！と買ったミーハーなヤツです。

リップベビーフルーツ

クリアポーチにアクセ
マジでよく紛失するんで
イヤリングが片っぽなくなることが多いので、アクセはまとめてひとつのポーチに。

フォーチュンのリップ
バッテリー
よーじやミラー
前髪復活のカーラーピン
食べかけのフリスクネオ
100均のシナモンのピン
サマンサのポーチ
前髪に巻くだけでカールが復活するカーラーピンや、フリスクの試供品の残りなどを。

ブルーブルーエゼネラルストアのトート

高1 エリナ 町田恵里那（まちだえりな）
スモール四次元 BAG



ヴィクシーのポーチ
プチ㊦からのプレゼント！

お守りないと不安

綿棒は2タイプ！
メイク直し用に綿棒必須。水色が普通ので、白は個包装でメイク直ししやすいオイルつき。

ハンドジェル大事

ワイヤレスイヤホンはエリナ色♡

ポール＆ジョーのミラー

オペラのティント
ニベアのリップ
マイティアCL

シンプソンズのミニポーチ
ないと1日困る
学校兼用の毎日ポーチ。ノールックで塗れて自然な血色感のオペラのリップなどをIN！

マウジーの大人ショルダー

ミンティアブリーズのブドウがすき♡

ティッシュ

Ciaraのケース
ニコ㊦がよく買ってる！
ラフォーレ原宿にあるCiaraのスマホケースにハートチャームをプラスして自分らしく！

おさいふはマークバイマークジェイコブス
お母さんのお古。ミニバッグにも入れやすいサイズ。コインケースにお札までぎゅっと！

ハニーサロンのパスケース
スマホに電車用ICのパスモを入れるのはあぶないかなと思って、セールで買いました♥

ロムアンドのリップ最強説
YouTuberきぬちゃんのマネ♡
服を選ばない、赤とピンクのいいとこどりリップ。大好きなきぬちゃんが推してたから！



おしゃれじゃないコは マホ カナ ポリス がおしおきよ♥

逮捕ー!!

全モ撮影の日

ぬきうちでも100点!! 美バッグBEST3

高1 マナ 安村真奈



多分、私大丈夫♡ パズル収納 BAG

片面こわれたー!

ミラー

オーラツー

ふろくカッサ

これな! アパくし

M・A・Cの保湿リップ

除菌ジェル

ミンティアブリーズ

おサイフは三つ折りが絶対

ケイト・スペードのおさいふ

おばさんからのプレゼント。自分じゃ選ばないリップ柄だけど、使ったら愛着わいた♥

マーチンキーホはお父さんからの誕プレ

深ブラウンのマット

3CEのリップ

ミシャのクッションファンデ

ふろくミラー

ミルクフェドのノベルティポーチ

ポール&ジョーのリップ

ラメ入りで重ねぬり用

大切なもの入れ♡

芸能神社のお守りや、ファッション好きなお父さんがくれたマーチンのキーホを入れて。

早く春色に替えたいけど、3CEの深ブラウンのマット色がかわいすぎて抜け出せない♥

サコッシュだったんだけど、ヒモを取ってポーチにしたよ。私、縦長のものが多いから便利。

ライトをつけると本当に明るくてメイクしやすいの! サイズも最高でふろく天才か!

光るなんて天才すぎ!

パスケースもケイト・スペード

PLAZAのケースにイヤホンIN!

ベルシュカのケース×スピンズのステッカー

昨日買ったZARAの新作水色!

バッグがブルーだからネイビーピッタに初挑戦。白、黒、グレー、カーキをよく使うよ。

初ネイビー! ピッタマスク

中3 ナナ 野崎奈菜



私潔癖ですか? 収納小分け BAG

私何かしました?

!!?

マスクは絶対小分けの!

マスクのこだわりは鼻部分をWに折って顔の凹凸に密着させ、つけたら絶対さわらない!

ティッシュケースはバーバリー

スマホケースをカスタム!

落としても安心な強度のあるクリアケースの中を、チュールと写真でガーリーにカスタム。

プチプチで保護!

リキュエムのイヤリング

繊細だから割れたら悲しいので、プチプチをカットしてジップ袋に入れて、そこに保管。

G9スキンのクッションファンデ

美白肌になれて、メイク直しにも使えて保湿力も◎。卒モのサキちゃんが教えてくれた♥

カラーグラムトックのリップ

コレスのリップ

ウユクリームばりの美白!

アムのハワイ土産

オペラのリップ

クラランスのリップオイル

イヤホンケース

パスケースはシンプルに

充電シリーズはスヌーピーに

バッテリー

レピピのステッカー

ヴィクシーの香水

シャルル シャトンのノベルティ巾着

歯磨き系とクッションファンデをこの中に。フロスはコンビニで買ったケース入りを愛用。

レピピの巾着ポーチ

香水はいつも1本は入れてるよ。このヴィクシーのは持ち運びやすくて香りも大好き!

インスタで見た手作りイヤホンケース。バッテリーもスヌーピーのシールでおそろいに!

ニコモ合格祝いでおばあちゃんにもらったジルスチュアートの!

お母さんからサプライズプレ!

ちょっと高くてあきらめてたのを、お母さんがサプライズでプレゼントしてくれたの!

おさいふ

歯みがきセット

フロス

中2 シズク 太田雫



ネタも最強♡ 女子力 BAG

キャンメイクのパウダー

ふろくのカッサ

3CEミラー

行方不明になりがちなアクセは内ポケに!

パールピン

イヤリング

リング

イヤリングは台紙につけ、ピンと一緒に内ポケに入れて行方不明にならないように。

ケースに入れる!

折りたたみコーム

カルピスミンティア

パンソーコーもかわいいやつ♡

おちついていきやー

除菌ウエットティッシュはキティちゃん♡

キャンメイクのリップ

キャンメイクのグロス

ビューラー

ピーチネクターのリップ

オーラツー

メイベリンのアイライナー

こっちはダイソー

パスケース

女子力グッズぎっしり! きちんと!

同色コーデ♡

封筒に入れてからポーチに!

ケースに入れれば端っこも折れない!

3COINSのゆりやんの巾着ポーチにコード類

吉本×3COINSコラボ! ちなみにもっと大きなチェチェナちゃんの巾着もセットでした。

新幹線チケットポーチ!

封筒に入れてからポーチに入れるクセがついてるよ。この方がキレイに使えるから!

実はメガネっこです

iFaceのアリスデザイン

ミルクフェドのショルダー

黒のポーチなら汚れが目立たない! 中身もできるだけケースに入れてキレイに収納ね。

ハート柄ポーチ♡

サマンサベガのおさいふ

「オーデ合格したら買ってあげる」と約束してたおさいふ♥ パスケースは高見えです!

中3 アム
深尾あむ

案外ピンクな世界一周 BAG

待って、お願い、許して〜！ 全部撮影しちゃう感じ？

こっちがオワタだわ

オワタ

許して〜！

ジルスチュアートのおさいふ
最近GET！
クールブルーが流行ってるからね！ ミニバッグの日も多いので、ミニサイズがいいの♥

コンバースのスマホポシェット

ウィルキンソン炭酸
0kcal!

友プレのシェリーメイのタオル
「タオル持ちなさい！」とお母さんについに言われましたw ディズニーのおみやげです！

いつでもカッサ
電車、ホテルといつでもマッサージ。主に頭と顔の表面の老廃物を流すイメージ！

OH MY GOD!

脱ぎ散らかしメディキュット
撮影だったから朝はいてたの！ え、裏返ってる？ だって検査なんて知らないから涙。

アピーチのイヤホンケース
友だちからもらった韓国のお土産。AirPods ケースがアピーチって最高にかわいい！

ミルクフェドのリュック
学校でも愛用！

バス&ボディワークスのハンドクリーム

バス&ボディワークスのハンドジェル×2

充電モノいろいろ

ウエットブラシ

キャンメイクのアイライナー

ディオールのリップ

3CEのメッシュポーチ
からまるコード類は小さめポーチに動かないように入れて、充電関係同士でまとめるよ。

ヴィクシーの香水

リセ

トレーダージョーズのハンドスプレー

顔用リファ

3CE ポーチ
バス&ボディワークスが好きで 100 種類くらいコレクション！ 特にエナジーが超好き！

なぜかビューラーが2本

ピルケース
漢方とかビタミンC入れてる

海外のケアアイテムどっさーーり！

中3 メアリ
林 芽亜里

リップごちゃまぜ BAG

今日はお泊まりだったから荷物多めですよ〜

ワイヤレスイヤホン

福袋の！

サマンサタバサの長さいふ
三つ折りに替えたいけど、なかなかしっくりくるものがないから結果ずっと使ってる！

ミンティアソーダ味

ふろくミラー

ラリンのハンドジェル
ラリンらしい雑貨っぽいかわいさがツボ♥ だけどちゃんと除菌ジェルなんだ！

見た目もガーリー

ヒロインメイクのマスカラリムーバー

メイクリムーバー

天然石カッサ

アンブリオリスのクリーム

ビーアイドルの前髪マスカラ

サマンサのノベルティBAG

カーラーピン

アパくし

地元の雑貨屋さんの

マイティアCL

ケアものはこっち

キラキラスマホケース

マイメロのピン

皮フ科のニキビ薬

フォーエバー 21 のポーチ
アンブリオリスのクリームは体にも使うよ。最近のヒットはビーアイドルの前髪マスカラ。

シャンプーの香り

メイクオフグッズ！

ロムアンド

オペラ

クラランスリップオイル

フィアンセのボディミスト

ディオールの巾着ポーチ
マスカラリムーバーはマスカラが本当にするんと落ちるからもう何本もリピしてるよ！

ムーンショット

ラデュレ

アクア・アクア

バッテリー
原宿のciaraで

UZU

3CEポーチ
今回撮影が長めだったから、気分転換のリップもいつもより多めに持ってきたよ。

ミラー

カチューシャ
昨日してたの入れっぱ

リップぎっしーり!!

中3 カノン
北川花音

見ないで♡抜きうちうらみ BAG

いろいろ散乱してますが…いつもはもっとキレイです

お疲れ様です？

10円転がってるーww

あー見ないでー

ラルフローレンのタオル

サンキューマートのすこぶる動くうさぎスマホケース
うさぎ部分がミラーになってるから、スマホを見るフリして外でもヘアメイクチェック♥

ヒラヒラー

10円玉
まさかの 10 円!! バッグの下に沈んでたー。いつもはおさいふにしまってるんだけどなぁ；；

いつもはしまってますよ!

USJ 年パス

ミンティアブリーズ
開いてる!
ダイエット中にお菓子が食べたいなーと思ったら1粒。不思議と食欲が満たされるんです！

パッカーン

ジルスチュアートのおさいふ全開
ガーリーで大人っぽくて全部好き！ 大きく開くのも便利…って、全開やないかーい！

ハニーズのトート

中3 マノカ
広瀬まのか

クール㋲でも持ち物ガーリー BAG

ケアもの充実させて女子力高く生きてたい♥

ディオールのグロス

スマホケースはステッカーイン！
スマホのシールは「ずっと真夜中でいいのに。」さんのアルバムについていたものなんだ！

キャンメイクのリップ

G 9スキンのウユクリーム

キキララでカスタム

バッテリー

保湿ティッシュ
乾燥肌に!

歯みがきセット

me% のショルダー

充電器

コード

iPod

ジルスチュアートのミラー

ニコラのふろく
iPod の音質を信じてるし、裏に MANOKA の刻印入り！ CD から移して聴くよ。

折りたたみカサ

皮フ科のハンドクリーム

チュールの巾着
身だしなみグッズは全部こっち。撮影前に G9 のウユクリームをぬって即席美白肌に！

スマホ系はこっちに

家にあったやつ

中3 ココハ
阿部ここは

ぴえん。今日だけなぜか小荷物 BAG

モノ少ない？ 先言っとくよ「スーツケースに入ってね」

スマホケースにかわいいタグを

女のコっぽさを狙って

ミンティアブリーズ
この味が女子っぽくて好き（狙ってます）。食後に食べて、口内の味覚の整理をするんです。

ゴミ出さずに除菌

ハンドジェル
ウェットティッシュだとふいたあとゴミになるので、私はハンドジェルが好きです。

WEGO のショルダー

おさいふはベルシュカ！
シンプルの神ベルシュカで見つけたミニさいふ。見た目 100 点だけど小銭は出しづらい。

シンプルの神!

バッテリー

イヤホン2コ持ち

イヤホン

ワイヤレスイヤホン
ワイヤレスは電車で寝たとき落ちるのが怖いから勉強用。電車では普通のイヤホンで。

中3 コハル
みなと こはる 湊胡遥

実はキレイめ女子 BAG



レシート転がってなくてよかった～（本音ポロリ）

KISS ヘアピン

なぜか入れっぱ

ユリアージュのリップ

濃い色のリップが似合うと言われる私には、このレブロンのマットバーム 70 が最強なんです。

キャンメイクのグロス

レブロンのクレヨンリップ

イヴ・サン ローランのミラー

レピピのティッシュケース

マークジェイコブスのおさいふ

色がめっちゃ好きだし、小さいのにカードもちゃんと入る！ マネージャーさんと色チ♥

ハイブランド♥

ラスボアのトート

サンキューマートのポーチ

雨女なので

折りたたみカサ

マスク

ケースはダイソーのクリア

歯みがきセット

ポケット WiFi

動画バリバリ見るから絶対必要！ スマホだと通信制限かかっちゃうからね、これ便利。

動画存分に

レピピ×ニコラ コラボ BAG

普段地元ではショルダー 1 個だよ。トートは普段は学校の体操服入れになってます w

ジップ袋にIN！

ドッキリですか？

逮捕！

中3 クルミ
いけ ぐ る み 池未来実

ギャルマインド BAG



黒ピッタで出動！ 安定のギャルくるバッグ

おさいふはサマンサベガ

ママとパパからのクリプレ。一生使いたいくらい大事にしてる！ 色も甘ギャル仕様♥

黒ピッタ

洗って使えるし、息苦しくもないし、何より黒で小顔見えするんじゃないかと信じてる！

小顔見え

100均のケースと写真コピーしてカスタム！

16ブランドのリップ

ペリペラのティント

16ブランドのはマットで好きな色。ペリペラは最近買ったんだけど肌なじみがよかった♥

スマホケース

ルーティンのマッサージはコレで

充電コード

ソニーのワイヤレスイヤホン

リファ

ほっぺのお肉をつかむ感じ、リファは格別。撮影前のマストアイテム。落とすと焦るけど。

AAA のパスケース

紛失から復活！

カギ入れてんねん

スヌーピーのがまぐち

ZARAのショルダー

中2 セナ
くみはし せ な 組橋星奈

シンプルisベスト 実用性♥ BAG



今日に限ってかわいさ不足 無念だけど、まぁいっか！

コーム

バンソーコー

ワイヤレスイヤホン

私、AirPods なくしたんです…涙。だから首さげできるイヤホンで、次は絶対なくさない！

ハニワキャラのスマホケース

ママに持たされたウエットティッシュ

レピピのパスケース

朝食代わり

ミンティアブリーズ

5本は持ってる

メルティクリームリップ

忘れるとつい買っちゃうくらい必要。家、キャリーなど、主要箇所に配置してるよ！

GU のシルバーショルダー

おさいふ

ユラにホワイトデーにもらった

3CE のミニメッシュポーチ

¥1000 なのに高見え！

かさはさして来たので、このバッグの中には抜け殻のみです。恐るべし、リアルガチ企画…。

なぜカサ袋だけ？

え、カビ!?

歯みがきセット

朝見たら歯磨き粉の中とコップの外側にカビがついてでこれはヤバイと思いました♥

中3 ハルカ
ひらさわ はるか 平澤遥

黒マスクで行く東京あそび BAG



本日の所持金300円！ それでも全然大丈夫♥

アクセはチャリこぎながら装着

セブンズのネックレス

ニコモご用達アパくし！

バッグの前ポケに入れっぱになってたヤツですね。ストーンつきのは小3時代の誕プレ！

ワイヤレスイヤホン

イオンで買った

東京行くときは黒マスク

え。待って

バッテリー

長年

iFace

おサイフ代わりに

リファ

シュウ ウエムラのリップ

ヴィセのリップ

撮影の日に欠かせないリファは高価なのでお母さんと兼用。私専用になりつつありますが。

ASOKO のミラー

女子っぽい日はヴィセのパープル、それ以外はシュウのブラウン。この 2 本で全対応！

友プレのベンデイビスのショルダー

サンキューマートのガーフィールドポーチ

家でおさいふが行方不明で、これが代理。とりあえず ICOCA と新幹線チケットがあれば平気。

中2 リミ
り み 凛美

A型スヌーピーがフルメイク BAG ワン♥



やだー恥ずかしすぎるー！ 初抜き打ち検査に降参です

真ん中のコがリミっぽいって言われるのー。あと 1 個だけかじられてるの探してね～。

まん中に注目！

スイカのスマホケース

歯みがきセット

PLAZAのポーチに

中はピッタじゃない！w

WEGO のバッテリー

故障中

スヌーピーのイヤホン

かわいいけど…壊れてます。つい聴けるつもりで入れて「あれ？聴けない」の繰り返し w

マスク

ピッタは使い切っちゃって、でも袋がかわいいから中を別のマスクにして使い続けてる！

WEGO のパール カチューシャ

小4からずっと！

おさいふはメゾピアノ

今日してきたのガッと入れた

友だちのタイのお土産

スヌーピーのパスケース

ミンティアブリーズはブルー派

コスメポーチとして愛用

ふろくシャドウが神すぎるー

ふろくのペンケース

入れっぱなしコスメたち。このポーチ、ブラシやコンシーラーなどの長いモノが入れやすい！

頂きもののクリアポーチ

このシャドウ 1 つで大体メイク完成する神コスメ。リップだけ別の色にすることもあるよ。

やっぱ持っていきます？

手指消毒剤

保湿ティッシュ

スガオ信者！

モフズのハンドクリーム

スガオのパウダー

スガオのチーク

モアートのリップ

スガオのベース

ペリペラのティント

スポンジ

WEGOのトート

面倒だから入れっぱなし

スヌーピーの巾着

ポーチは友だちからの誕プレ。モアートのリップは新大久保で友だちと一緒に買ったんだ。

中2
ミナミ
田中南（たなかみなみ）

重いのキライな人のめちゃ軽BAG

ナナメがけしても首が痛くならない重さが基本です！

気づいてない

GET！

苦笑

ちぎれない秘密アリ

充電器
充電器の接続部分って切れません？　このマイメロでそれ予防！　ダイソーのだよ～。

オーラツー

フリスクネオのチェリー味

エチュードハウスのグロス

腕につけがちな黒ゴム

ダイソーのパスケース

お母さんのおさがり！

刺しゅうのおさいふ

ハニーズのあみあげショルダー

#コンパスってゲームの推し！

推しカラーのイエロー！

iFace のイエロー

ファーストキッチンのおまけポーチ
カラーのリップは気分で替えるけど、いつもはニベアの無色リップも入れてます！

キーホルダー
弟と池袋行ったときに引いた#コンパスってゲームのランダムアクキー。推しが出た♥

中2
ワカナ
宮本和奏（みやもとわかな）

ポーチinポーチですっきりBAG

持ち物は全部使います！これぞ必要最低限！

バラ柄のサンキューマートのおさいふ
お友だちとおそろいなんだ～。目立ちすぎない黒だけど、さりげにバラってゆーのがよき。

ポーチinポーチ！

3CE のメッシュポーチ
3CEポーチはナナからのプレゼント。ミニの方はイヤホンを入れるのにぴったりサイズ！

3CE ポーチにイヤホン

高見え！

マスク必須

100 均のパスケース

ミラーとコームはシリーズで

トイ・ストーリーのスマホケース

iPhone 11Pro 買った

エチュードハウスのリップ
じゅわっと色づき、保湿力と透明感があるから使いやすいよ。香りまでかわいいんだ♥

フリスクネオのオレンジ味

歯みがきセット

充電器

お姉ちゃんから借りた♥

中1
カホ
河村果歩（かわむらかほ）

小荷物のケア上手BAG

リアルに中1っぽい!?　大人の階段のぼり中♥

なぜか手錠に協力的

ボーゼン

スヌーピーが好き！

念願の初スマホ！
ニコ㊥なりたての頃はiPadを使ってたけど、大きくて不便で。やっとGETしました！

フロスも入れてる！

歯みがきセット
学校でフロスも使うといいって聞いてから持ち歩いてるよ。コップにもなるケースが便利。

スヌーピーのおさいふ
TOICAとPayPayもあるから中身は¥1000台で十分。最近スヌーピーが好きなんだ♪

ミスドの福袋のミラー

ペレアロエのリップ

ミンティア

入れっぱ！

今日つけてたカチューシャ

撮影用に持ってきたイヤリング

ふろくのリップ＆チーク
血色悪いときにくちびるにぬってるよ。メイク苦手だから、リップ1本で映えるのがいい！

薄くて便利なニコラのふろく

ドレスキップのショルダー

小6
ユナ
吉岡優奈（よしおかゆうな）

ちょっと背伸びなキレイめBAG

小6女子の撮影バッグはケアもの重視してるよ！

セリアのクリップ

16 ブランドのリップ

UZU のリップ

ずっとコレ！

イヤホン

ニコ㊥に人気の16ブランドのリップは、韓国っぽいマットな色味。グラデを練習したい！

メンソレータムのリップ

ポケット WiFi
新幹線の中で音楽聴いたり、SNS見たりするので、パケ代気にせず使えるコレが相棒！

ケースを自作

バンソーコー
余ってたビニールシートにマステを貼ってケースを作ったよ。ボロボロにならずにすむ！

誕プレ！

ラブトキのおさいふ
結構前に誕プレで買ってもらったラブトキの！　チャームがカラフルでお気に入り。

原宿のLINEフレンズで

BT21 ポーチの中にチケット類

除菌ウエットティッシュ

原宿のCiaraのスマホケース

ノベルティ

お守り

WEGO のユニコーンポーチ
芸能神社のお守りは撮影のときに持ってくよ。ガールズルールのミラーも使いやすい！

イングのショルダー

ピン

ガールズルールのミラー

中1
ユラ
近藤結良（こんどうゆら）

女子力あふれ出す除菌でクリーンBAG

モノが多いだけじゃない！全部に意味があるんです！

ちょっと何するんですか！

除菌ジェルですね

あきらめた

キールズのリップはリピ3本め！

カントリー＆ストリームのリップ

セザンヌのリップ

キャンメイクのリップ

DHC の薬用リップ

キャンメイクのグロス

リップフォンデュ

ジョンソン＆ジョンソンのハンドクリーム

ラプンツェルのミラー

スイマーのコーム

渋!!

三十三間堂のつまようじ!!
京都の三十三間堂のつまようじ！　おばあちゃんがくれたの。何かありがたみ感じる！

お茶持ち帰り
新幹線で飲む予定が、スムージー買っちゃったから結局飲まず。今日は持ち帰りだなー。

リップこんなにいらない?!

スイマーのうさぎポーチ
バッグだったのを、今はポーチとして愛用。大好きなディズニーのミラーとリップ入り♥

美白肌にみえる！

スキンアクアの日焼け止め

除菌ウエットティッシュ

ピンチのとき用

おしぼり

音楽はiPod派！

レピピのタオル

除菌に燃えてる！

マスクは IKEA のジップ袋に

除菌ジェル
潔癖気味でどこでも除菌しないと気が済まないんです。机とか何度もふいちゃうタイプ。

iFace にギズモつけた！

顔つきバッテリー

ふろくの巾着
音楽はiPodで聴く習慣。アリアナ→ひげだん→あいみょん…と自分ルーティンがあるよー。

ハヤリのチェリー

ロペピクニックのバッグにスカーフ巻いてみた！

WEGO のおさいふ
去年の10月頃に買ったチェリー柄。薄いピンクも売ってたけど、濃いめのピンクが好み！

サンキューマートのパスケース

ニコロンコラボ！

撮影日記 by ニコ㊦カメラ～後編～

アムのわちゃパシャ撮影日記

おもしろ写真いっぱい撮りたーい！

編集部でアムの撮るニコ㊦のオフショがおもしろいって話題に！ アムが撮った、おふざけも撮影も全力な写真たちを大公開～☆

Photo/Tsutsumi Hiroyuki,Fukao Amu Stylist/Ohashi Miki Hair&Make/Akagawa Megumi Design/ACQUA
※クレジットのないものは全て私物です。



ニコ㊦やスタッフさんと過ごす時間が大好き！

中3
深尾あむ（アム）

変顔して～ってお願いしてみたら、みんな全力で最強。笑 ニコ学の撮影はすごく寒かったんだけど、楽しくてみんなでふざけまくり！ 優しいエリナちゃんはユラちゃんの手をドライヤーで温めてあげてた☺

最近後輩との撮影が増えてきてうれしい♡ かわいいリミナミにはさまれて緊張気味のあむ。安定のナナはもちろん、学年超えてあむのオフショは、なぜだかみんな変顔多めなんだよね。笑

アム☆ベスト¥2197、ネックレス¥1098／ともにスピンズ Tシャツ¥2090／ピンク ラテ スカート¥4290／ラブトキシック カチューシャ（5本セット）¥660／クレアーズ原宿駅前店 ソックス（3足で）¥1100／チュチュアンナ スニーカー¥4939／レピピアルマリオ

撮影のあと、めあここマナとファミレス行っていっぱい笑った思い出の日♡ アンラブの撮影はいつも楽しくて、オフショがいっぱいなんだ！ 原宿にめあむーちょのアンラブの大きいポスターが公開されて嬉しかったな～！！

サラサラの髪、
バツグンのスタイル…
全中の憧れ!!

FAKY(フェイキー) Hina(ヒナ)ちゃんになりたい❤

「月とオオカミちゃんには騙されない」で、モテジョとして話題になった美女・Hinaちゃんが登場！ ニコモも憧れるルックスの秘訣&Hinaちゃん自身のことなどを、たくさん教えてもらっちゃいました♪

Photo/Fujii Daisuke Text/Akatsuka Kaede Design/Tanaka Kiyoka [ma-h gra] ※衣装は全て私物です。



Hinaちゃんが美しすぎる❤

そのサラサラ髪の秘訣は？

長くて大変だけどしっかり乾かすことと、ブラシでとかすこと。ブラシはそのへんで買った普通のものを使っているけど（笑）、そのシンプルなケアだけでだいぶ変わる！ あと、乾かす前にヘアオイルをぬるのも大事かな。

とにかくスタイル抜群！ どうやってキープしてるの？

体幹を鍛えることが大事だと思ってるから、プランクを毎日続けてる。何分間やろう、ではなく、好きな曲1曲分って決めてがんばるんだ！ 最初はキツいからサビまでとかにして、だんだん時間をのばしていくことが、できるようになるコツ。

この夏のHinaちゃんファッションのポイントは？

サイズ感と肌見せのバランスが大事。ウエストが締まって見える今日はいているパンツのように、自分の体型に合うサイズのアイテムを選んだり、肩が開いてるトップスの日は長いパンツをはくとか、露出度を調整してるよ！

Hinaちゃんをつくる9つのコト❤

香り 香りフェチで、香水も集めてるよ。甘めよりも、男女で使えるような香りの香水が好き！	**家族** 祖父母、父母、3人のきょうだいがいる8人家族で、私は長女。応援してくれてるんだ♪	**長イモ** 焼いて食べるのも、とろろにしても好き！ 納豆とかネバネバした食べ物が好みなんだ❤
音楽 トレーニングとか、キツいけど音楽をかけると乗り切れる…ってことが、たくさんある！	**FAKY** 私を作っているのはほぼFAKY。ステージに立てること、音楽ができることはFAKYのおかげ！	**花** いただいたお花をドライフラワーにして飾ったり…。昔は花言葉を調べたりもしてたな。
前髪ぱっつん&赤リップ 黒髪ぱっつんは何年も続けている絶対条件だし、どんなファッションやメイクでもリップは赤！	**睡眠** 移動中とか、どこでも寝られる！ お肌のためにも、睡眠時間は取るようにしているよ。	**仕事** お休みいらないなってくらい、お仕事が本当に楽しくて。今の生活の中心になってるもの。

Hinaちゃんオススメの FAKYの曲は… BEST SONG

❤『half-moon(ハーフムーン)』

私が「月とオオカミちゃん」に出演したときのことが歌詞になっていて。半分の月…もどかしい気持ちと、あなたが好きなんだよっていうキュンとした気持ちが、番組を観てくれていた方には特にわかってもらえるんじゃないかな。

みんな夢中だった！ 「月とオオカミちゃんには騙されない」のコト

「月とオオカミちゃん」出演を経て何か変わったことはある？

インスタのフォロワーが2万人から45万人に増加！ 自分自身もオオカミちゃんシリーズは観ていたけど、ここまで反響があるとはビックリ。街でも、ニコラ世代の中学生のコからも声をかけてもらう機会が増えたよ♪

モテモテだったHinaちゃん。男子にモテる秘訣が知りたーい!!

相手の目を見て話すことが大事だと、中学のときに所属していた吹奏楽部の先生から教えられて。あと、ファッションやメイクは強めだけど、話してみると意外と親しみやすいって言われることがあるから、そのギャップかな!?

「月とオオカミちゃん」で一番印象に残っているのは？

初日の撮影。あの場に行くまで、自分以外に誰が出演するのか全く知らなかったから、緊張や心配でドキドキしていたことを今でも覚えているよ。でも、その日のバーベキューで、みんなすぐに仲よくなれたから安心したな。

Hinaちゃんのコトもっと知りたい!!

中学時代はどんな感じだったの？

部活中心の生活。吹奏楽部でパーカッションを担当していて、コンクールにも出場するような学校だったから、厳しい練習をがんばってたよ。あと、携帯を持っていなかったから、好きな子にパソコンからメールしてた（笑）！

FAKYでのHinaちゃんのポジションは？

年齢的にはメンバーの中で真ん中だけど、末っ子生まれが多い中で私は長女だから、しっかりしてると思う（笑）。あと、私の衣装はスカートが多かったり、ヘアメイクも日本の女のコが親しみやすいスタイルになってるんだ。



サインチェキプレゼント！ 1名

Hinaちゃんの超かわいいサインチェキを1名にプレゼント！ ほしいコはP63の応募用紙に丸をつけて送ってね！

PROFILE 1997年2月19日生まれ。京都府出身。5人組ガールズ・ユニオン「FAKY」のメンバー。Abema TV『月とオオカミちゃんには騙されない』に出演し、一躍話題に。








ニコラモデルの楽しい撮影日記 nicola model's Diary







月　日
美白自慢が飾る表紙！

アンラブのニコラコラボTが完成！　バックプリントのバラフォトに合わせて、壁にも本物のバラをペタペタ。リボンでアンラブのロゴも作ったけど、誌面では見えなくなっちゃった～。お昼はビッグサイズのハンバーガー！　アボガド大好きなメアリも、大口を開けてかぶりついてたよ。表紙は日焼けしない中学生がテーマ。前号で決まった美白ニコ㋲トップ3が選抜されたよ！　初表紙のクルミは「緊張する～！」と言いながらも堂々とドヤ顔キメてくれました！

月　日
新イメ㋲よろしくね！

レピピの初撮影で「緊張してます」とニヤニヤしながらやってきたマホ。本当に緊張してる？ってくらい自然体だったけど、顔に出ないタイプらしい。メインはマホ考案のポーズを採用！　これ流行るといいね。カナミのピンクラテ初撮影では、気合もコンディションもバッチリで登場。ちゅるちゅるのフルーツをたっぷり用意して、手持ちしたり箱に入れたり、小道具として大活躍。カナミもペタペタ触ってました。ずっと笑いまくりのハッピーな撮影だったよ♪



月　日
鬼滅コス♡

「ラブトキ」初撮影で、朝から緊張していたエリナだけど、撮影が始まると楽しくなってきて大笑い！　スタッフからも「ラブトキの服が似合うね！」と好評♡　乗り物には乗れなかったけど、遊園地で存分に撮影できました。「鬼滅の中間テスト」ではコスするとわかった瞬間に「やった！」と全員テンションアップ。そんなに人気なの？と編集部もびっくりの喜びよう。コハルはコス担当じゃないとわかると、残念そうに落ち込んでたけど、変身したみんなと撮ってもらって満足そうでした☆





月　日
眠り姫かとぅ

「美脚ニコ㋲」で選ばれた6人は、「はい、脚出してね」といきなり計測開始。「聞いてないです～！」とあわててたけど、いやいや、みんなキレイだから大丈夫だよ、と強制的に計られてました。「ダイソー」のメインは、かとぅとシズクのレアなコンビ。ぽや顔でキメたら、変顔も披露してね。あれれ、かとぅさん、後輩に負けてますよ！　どうやら眠かったらしく、ぼんやりして撮影がまったく進まないので、辛口のフリスクで覚醒させましたw。





今月登場 ニコ㋲&メン㋲に質問!!

❶ 今月（6月号）の撮影で印象に残ったことは？　❷ コロナウイルス感染症対策のための休校期間中、何をしてた？　❸ 写真のテーマは「背伸び♡」



高1・安村 真奈（やすむら・まな）

♥2004年7月8日生まれ♥かに座♥A型♥身長170.4cm♥熊本県出身

❶美脚㋲の撮影が印象的でした！　脚はほめていただくことが多いので、選んで頂けてうれしかったです♥　衣装もメイクもどタイプでお気に入りです♪　みんなで並ぶとなぜか私が小さく見えるという謎の現象もおきました(笑)。❷ファンレターのお返事を書いたり、映画を見たりして過ごしました～！❸最近は少し背伸びなパンツコーデがお気に入りです♡



☆ファンレターのあて先
〒107-8577　東京都港区南青山3-1-30
エイベックスビル6F　AMG新人発掘育成ユニット「安村 真奈あて」



中3・湊 胡遥（みなと・こはる）

♥2005年6月1日生まれ♥ふたご座♥O型♥身長172.5cm♥大阪府出身

❶美脚ニコ㋲と、ニコ㋲あそびです！　美脚ニコ㋲として選んでいただき、本当にうれしい、、！　みんながモノトーンのかっこいい衣装を着て、厚底を履いて、いつもよりキメてかっこよく撮影しました。あのメインを撮るのに、結構時間かかったんだよ。それぞれが、より美脚に見えるポーズをその場にいたスタッフさんとモデルみんなで考えて、あのカットが出来ました！　お気に入りページです！　そしてもっともっと、自分磨きを頑張ろうと気合を入れてくれた撮影でもありました！　あと、ななとはるかと、人生で初めていちご飴を作りました！　飾りとしてこんなの置いたら可愛くない?とか、衣装の色合いとか、細かいところも自分たちでかなりこだわりました。3人のLINEグループも作って、みんなでめちゃめちゃ相談した(笑)。でもそのおかげでかわいいカットになりました！　その後家で、いちご飴を1人で作ってみたの!笑。そしたら、めちゃめちゃ上手くできたの!!!笑。みかん飴も作ったけど、本当に美味しかった！　❷だらだらーっと過ごす時もあったけど、やせたいなっと思い、ダイエット頑張ってました！　あと、スキンケアに時間をたっぷりかけたり。休校中、家にいる時間が長くなるし、ストレス溜まっちゃうから早朝走ったりもしたよ！　❸赤のリップにハマっております♡　メイクはマスカラとアイライナーとリップだけ。シンプル～なメイク！　今まではリップもピンクばっかりだったんだけど、赤のリップでちょっと背伸び。



☆ファンレターのあて先
〒150-0011　東京都渋谷区東1-13-14
渋谷松永ビル3F　スターダストプロモーション「湊 胡遥あて」



中2・田中 南（たなか・みなみ）

♥2007年1月12日生まれ♥やぎ座♥?型♥身長163.3cm♥東京都出身

❶着まわしの連載です！　ずっと出たい企画で憧れていたのでとってもうれしくて、何日も何日も悩んで洋服と物語を決めました！　撮影中もロケでマカロンが持てたり、タピオカが持てたり、すこぶるウサギさんと一緒に撮影できたことなど、楽しいことがいっぱいの撮影でした！　❷ひたすら漫画を読み返して、アニメをめちゃくちゃ見てました！　過去のニコラなどもたくさん見返して、ポージングなど学んでました！　❸赤リップにイヤリングが片っぽだけ大きくて、片っぽ小さい大人っぽいのをチョイスして背伸びを意識しました！



☆ファンレターのあて先
〒107-0062　東京都港区南青山2-27-20
ORT外苑前Ⅱ 6F　エヴァーグリーン・エンタテイメント「田中 南あて」



中3・深尾 あむ（ふかお・あむ）

♥2005年11月3日生まれ♥さそり座♥B型♥身長161.2cm♥滋賀県出身

❶カプリコのあたまの撮影です。この4人で撮影するのは2回目だったので、さらに仲良くなれてうれしかったです☆　写真の撮り合いっこをしたり、カプすけの顔をしたり、本気でくすぐりあったりしてすごく楽しい撮影でした！　❷学校の宿題がたくさん出ていたので、ほとんどそれに時間を使いました。あとは、私の愛犬クロエに新しい芸を教えたり、久しぶりに3DSでトモダチコレクションをして遊んだよ！　❸最近お料理にハマっていて、家族に晩ご飯を作ったり、早起きしてお弁当を作っています。写真は、初めて作り方を覚えたチャーハン！　お母さんにほめてもらえて大満足!!



☆ファンレターのあて先
〒150-0031　東京都渋谷区桜丘町12-10
渋谷インフォスアネックス8F　トップコート「深尾 あむあて」



中3・野崎 奈菜（のざき・なな）

♥2005年7月26日生まれ♥しし座♥B型♥身長151.7cm♥神奈川県出身

❶6人で撮ったオーディション募集ページ！　ホワイト×キラキラで統一されててかわいい撮影でした♪　ぜひ応募してくださいっ！　一緒に撮影出来るのを待っています♡　「はいてなさそーミニ&はいてますよロンスカ」ではちょっと見えてるミニスカート、しっかり見えるロングスカートのコーデがかわいくてお気に入りです♡　普段あまり着ないカジュアル系も着たのでそこも見てほしい‼　カジュアルとかも着こなせるようになりたいな♪　❷映画鑑賞したり勉強したりお昼寝したりと、のんびり過ごしていました～！　普段は出来ないからすごく楽しかったんだけど、途中から飽きてきてしまって早く外に出たいぃー!ってなっていました…。笑　❸着付けてもらった浴衣～！　あまり大人っぽい背伸びした写真はなかったので少し前の写真ですが…。また着付けてもらって観光したいなと思っています♡



☆ファンレターのあて先
〒150-0011　東京都渋谷区東1-13-14
渋谷松永ビル3F　スターダストプロモーション「野崎 奈菜あて」



中2・宮本 和奏（みやもと・わかな）

♥2006年5月30日生まれ♥ふたご座♥O型♥身長158.5cm♥東京都出身

❶女子力写真集の撮影!!　ピンクで可愛い衣装を着させて頂いてすごくうれしかったです！　その日は天気が良くて激盛れで、ずっと写真ばっかり撮ってた!笑　最後は個性あふれる写真を撮影したので、自分らしさを出せたよ！　❷学校の課題もやらなくちゃだったけど、メイクの研究をしたりお洋服をたくさん着て、新たな自分を見つけ出したよ。インスタは毎日投稿できるように、たくさんの写真を整理したり、長い休みだからこそ自分磨きをしました！　❸コーヒー飲めなかったけど少し飲んでみたっ！　ちょっと大人な気分♡



☆ファンレターのあて先
〒141-0021　東京都品川区上大崎3-1-1
JR東急目黒ビル16F　レプロエンタテインメント「宮本 和奏あて」



まるごとマホカナ♡

「マホカナ」は丸一日、2人だけの撮影でした♡ 前日から一緒に泊まっていたから、パジャマのまま集合。そしてそのお部屋で撮影！ ゆるゆる、ダラダラと自然体なマホカナをたっぷり撮ったよ。渋谷では「JKはスタバですよ！」とのことで、久々にスタバ購入w。ずっとタピオカだったからスタバが新鮮!? 撮影後は編集部で取材。お寿司のお子様セットを頼んだら、おもちゃがついてきて大喜び。「どれにする？」と楽しそうでした。





迫力演技！

「ニコ学」も鬼滅がテーマ！ アクロバティックに動ける子として選ばれたのがアム。そして妹には「ニコ学初登場のユラ！ ヨシトも「鬼滅大好きなんです！」と撮影を楽しみにしてたんだって。ユイトは天狗と生徒の2役をガチ演技。さすが俳優！ ユラは鬼化シーンも迫力満点、転ぶシーンも全力で、先輩たちもビックリしてたよ。メアリは常にオオカミの被り物をしていて、まさにメアリのムダづかいw。オオカミでも自然とガーリーがあふれ出てきていて、やっぱりメアリはメアリなのでした。





姉さんズの本気

「ニコ㊦遊び」では、カホ、ユラ、ユナの若㊦3人で新大久保へ！ 朝から「楽しみ！」とテンションMAXでずーっとしゃべりっぱなし。ユラは撮影詳細に載っていたお店を全部調べてきて、「ここでこれを食べるんだよ！」と張り切ってましたw。コハルたちお姉さんチームはいちごあめ作りにチャレンジ。コハルは動画で予習、ハルカは実際に作ってきたらしく、すごい気合！ いちご系リンクコーデもかわいいし、姉さん方やるじゃん！





アムに負けるな

「グリコ」は表紙を開いてすぐの目立つページということで、広い公園で元気にロケ！ と予定していたのに土砂降りの雨。「スタジオでも外にいる気持ちで！」と、「イエーイ！」と声を出しながら撮影したよ。顔芸が目立つアムは、「いいね！」とほめられまくり。「アムに持ってかれてるよ！」とハッパをかけて、おとなしめのミナミも必死で頑張りました。「ワイモバイル」が今期のラストで、花束やプレゼントをもらった部員たち。ちょうどトレペが品薄の時期で、マホは「助かる！」と喜んでました！

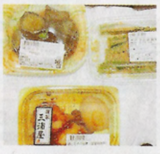




中3・林 芽亜里(はやし・めあり)

♥2005年11月5日生まれ♥さそり座♥B型♥身長165cm♥石川県出身

❶表紙と連載の撮影です！ かなみちゃんとくるみちゃんとの表紙撮影はガーリーとクールの2パターン撮りました。どっちのパターンも3人で楽しく頑張りました！ どれが表紙になってるかワクワクします♡ 連載の撮影もすごく楽しくて、いろいろポーズを変えてたくさん撮りました！ ピン連載をするのも、1つの夢だったので本当に嬉しかったです♡ これから連載も楽しみにして頂けたらうれしいです。表紙もピン連載も、いつも応援してくださるみなさんのおかげだと感謝しかありません！ 本当に本当にありがとうございます。 ❷宿題がたっくさん出たので、宿題をし続けました！ 無料で配信されているドラマも見て、みんなから届いたファンレターを読んでました♡ それと、ランニングマシンで歩いたり、ストレッチや筋トレ、縄跳びをしたりして自分磨きもたくさん頑張りました！ 勉強は嫌いだけど早く学校に行きたいです！ 普通の生活のありがたみを改めて感じています。 ❸撮影で上京している時、いつもはコンビニご飯を買うんだけど、少し背伸びをしてスーパーでお買い物をしました！ スーパーのお惣菜、すごくおいしかったです！ 健康的だし、また買おうかな。1人でカフェでご飯食べたりもするようになりました！



☆ファンレターのあて先
〒160-8501 東京都新宿区左門町4番地
四谷アネックスビル サンミュージックプロダクション「林 芽亜里あて」



中3・平澤 遥(ひらさわ・はるか)

♥2005年9月16日生まれ♥おとめ座♥O型♥身長167.1cm♥和歌山県出身

❶ニコ㊦遊びの撮影です！ いちご飴、ずっと作りたかったからうれしかったです～♡♡ ななとこはると3人で話し合いをしながらワクワクしていて、楽しみが止まらなかったです！ ❷休校中インスタ毎日投稿してました!! あとはYouTubeみてたり携帯生活でしたね笑 早く学校に行きたくてうずうずしてました～☆ ❸ちょっと背伸びしようと思って、大人っぽい腕時計を安カワで見つけたんだけど、使って1回で壊れたという伝説の時計でございます笑 今はお部屋の飾りとして使ってるよ～♪笑



☆ファンレターのあて先
〒150-0001 東京都渋谷区神宮前6-17-10
原宿アールビル8F エイジアプロモーション「平澤 遥あて」



中3・阿部 ここは(あべ・ここは)

♥2005年8月27日生まれ♥おとめ座♥A型♥身長163.5cm♥埼玉県出身

❶めあここ企画です！ 4月号のめあここディズニーの企画が好きな企画ランキングで1位だったということを聞いてめちゃめちゃうれしくて、今回のめあここ企画もみんなが好きって言ってくれるようなページにしたいと思いながら撮影をしました！ ❷ゴロゴロしたり、見忘れてた録画見たり、学校の課題やったり。とにかく大忙しでした!笑 ❸シンプルなコーデにバック文字で大人っぽく。背伸びするけど、しすぎないコーデをしてみました！



☆ファンレターのあて先
〒150-0001 東京都渋谷区神宮前6-23-3
第9SYビル7F チャーム「阿部 ここはあて」



高1・町田 恵里那(まちだ・えりな)

♥2004年10月22日生まれ♥てんびん座♥A型♥身長163cm♥埼玉県出身

❶ラブトキシックの撮影！ ずっと大好きだったラブトキのイメ㊦に選んで頂けて、本当にうれしいです。いつも応援してくれているみんな、本当にありがとう♡ 初撮影はすっごく緊張したよ～笑 でも優しいスタッフさんに囲まれて、楽しく!全力で!撮影できたよ^^ ぜひラブトキのページをチェックしてね。 ❷朝はゆっくり起きて、毎日のんび～り過ごしてた！ TikTok撮ったり、恋リアやアニメを見たり、高校の課題をやったりしたよ。お友達に会いたかったよー。笑 ❸ちょっと背伸びを感じるのは、最近お気に入りの顔用スチーマー！ これをすると、お肌がキレイになる気がするんだっ♡ おすすめだよー。



☆ファンレターのあて先
〒108-0071 東京都港区白金台3-16-18
ボックスコーポレーション「町田 恵里那あて」



中2・組橋 星奈(くみはし・せな)

♥2006年7月16日生まれ♥かに座♥A型♥身長171.5cm♥福島県出身

❶美脚ニコ㊦の撮影です！ クールな衣装にエアーを受けながらの撮影でした。みんなカッコよく写ってると思うので、ぜひニコ㊦ちゃんに見て欲しいな♡ これからも自分磨き頑張ります！ ❷イラスト描き・いちご飴つくり・散歩・メイクやネイルの練習などしていました。ゴロゴロもw 本屋さんで中1の復習のテキスト買って勉強もしていたよ！ 学校が再開した時、朝起きるのがツラくないように、毎日早起きも続けてました。 ❸大人っぽいネイルをしてみた♡ 100均で買ったネイルとネイルシール。絵を描くのは好きだけど、手先が不器用なのでネイルはハードル高いのです。



☆ファンレターのあて先
〒150-8484 アミューズ チアリングハウス「組橋 星奈あて」



中3・北川 花音(きたがわ・かのん)

♥2005年10月1日生まれ♥てんびん座♥A型♥身長160.1cm♥大阪府出身

❶バッグの中身企画の撮影です！ 事前に聞いてなくて、マホちゃんとカナミちゃんに急にバッグの中身の撮影をします!!と言われたので、めちゃくちゃびっくりしました！ しかも、このときに限って色んなフタがあいていて…笑 どんなときでもバッグの中身がキレイな女子を目指して頑張ります!!笑 ❷学校で大量の宿題が出て…泣。課題を終わらせるのに頑張りました！ あと、Switchのスプラトゥーン2をしました～。久しぶりだったので、やり方を忘れていて、初めの何回かはすぐにゲームオーバーになりました笑 最後のエリアがなかなかクリアできないんだよな～泣 ❸ADDICTIONのアイシャドウは花音が中1のときに初めてGETしたデパコス!! 色んなブランドの売り場を見て選んでいるだけでなんだか背伸び♡したようで楽しかったな～。最初はキレイに使いたくてドキドキしながら、そーっと取って毎回使ってました。大人っぽいラメで発色も良くて可愛いんだ♡ ベージュ系だから少し分かりにくいけど、この写真の時もつけてるよ！



☆ファンレターのあて先
〒150-0001 東京都渋谷区神宮前1-19-11
はらじゅくアッシュ5F ライジングプロダクション「北川 花音あて」



中3・広瀬 まのか(ひろせ・まのか)

♥2005年7月4日生まれ♥かに座♥?型♥身長166cm♥東京都出身

❶大大大好きな鬼滅の刃の推しの炭治郎になりきれたこと…! うれしすぎて夢のようでした(笑)。オフショットは私のインスタにアップするので、ぜひ見てください♡ ❷スケッチブックに絵を描いてました。色鉛筆が好きなのですが、最近は小6ぶりにカラーペン類を使ってます。あとはゲームとかとか。ゼルダとあつ森は永遠にやっていられる！ ❸ネイルチップ！ イベントとか特別な日だけだから、たまーーに貼ります。爪がキレイになってテンションが上がります～



☆ファンレターのあて先
〒107-0062 東京都港区南青山2-27-20
VORT外苑前Ⅱ 6F エヴァーグリーン・エンタテイメント「広瀬 まのかあて」



高1・小林 花南(こばやし・かなみ)

♥2004年10月1日生まれ♥てんびん座♥B型♥身長163cm♥東京都出身

❶「ピンク ラテ」のイメージモデルになれたことです♡ ずっとなりたかったラテのイメ㊦に選んでいただけるとは夢にも思っていなかったので、編集長さんからお聞きした時は、『まず、最初に誰に言えばいいの!?』と思いました。今は便利なことにグループ通話があるので、家族のグループに電話をしたら母しか出てくれなくて、悲しかったです笑。"カナラテページ"とってもとっても可愛いページになっていますのでぜひ!チェックして下さいね♪ ❷弟のお昼ご飯を作ってあげたり、お料理に挑戦しました！ 一番得意な料理はオムライス！ そして、色々な本を買って勉強したりNetflixで映画をたくさん見て、演技・表情の勉強をしました。 ❸背伸びかは分かりませんが、最近ナチュラルカラーのネイルをよく選ぶなという事に気付き、クリアなコーラルネイルを塗ってみたり、少し大人っぽい落ち着いたカラーも塗ったりしています♡



☆ファンレターのあて先
〒107-0062 東京都港区南青山5-8-1
セーヌアキラ3F イデア「小林 花南あて」



中3・池 未来実(いけ・くるみ)

♥2005年7月14日生まれ♥かに座♥B型♥身長161.2cm♥大阪府出身

❶表紙撮影です！ やっとやっと初の表紙をさせて頂きました。初めて2パターン撮ってどっちも表紙にして頂きたいくらい盛れていて、本当にうれしかったです。同期のかなみもいて、緊張してたのが一気に解けました。ですが、また別の緊張感を持ってしっかり撮影できて、勉強にもなりました。あとは女子力写真集です！ 久しぶりにちょいガーリーになったり私らしくギャルっぽくなったりと、色々なキャラになった日でした。みんなの私服っぽいカットはそれぞれ好きな位置で立ったり座ったりしてたんです。あの自由な感じ、すっごいおもしろくて楽しかったです。笑 ❷宿題したり、家でゆっくりしたり、運動したりなど色々してました～! ❸大人っぽい服とヘアメイクで最近ちょっと背伸びしちゃってます！ 大人っぽいのがだいすきなんですっ。ヒールとかも履いて身長も盛っちゃってます。笑 ブラックが入ってる服って私が思う大人っぽなんです～。



☆ファンレターのあて先
〒107-8577 東京都港区南青山3-1-30
エイベックスビル6F AMG新人発掘育成ユニット「池 未来実あて」

Question ❶今月(6月号)の撮影で印象に残ったことは？ ❷コロナウイルス感染症対策のための休校期間中、何をしてた？ ❸真のテーマは「背伸び♡」



🗓月🍬日 おいし～撮影☆

「めあここ」で前日コーデを組みに来ると「双子コーデってむずい」と言いつつ楽しそうだった二人。撮影はお互いが行きたかったお店へ！　メアリは「ここのポテトをココハに食べさせたかったの」ってうれしそう♡　ココハが行きたかったマカロン屋さんでも二人でウフフと笑いながらもぐもぐ。ファッション撮影というのも忘れちゃいそうな一日でした。新連載の「メアリップマジック」は、メアリの素が出るようにカメラマンさんとおしゃべりしながら撮影したんだよ！

🗓月🍬日 なつかしソング

「女子力写真集」では、読者のみんなからももらったファンレを持ってきてもらって撮影したよ！　全員ピンク衣装で映え～♡　ココハ、ワカナ、ミナミの通学シーンは寒すぎて、ミナミの肩が上がりっぱなしに。寒そうに見えないように、あえて指を立たせてみたらまさかのトゥース状態。指の立て方、そうじゃないw。ラストのパジャマカットはAKBの「ヘビーローテーション」を歌いながら撮影してたんだw ニコラTVで見てねっ！







🗓月🍬日 本当に小学生？

「着まわし連載」では、ロケ先のお店ですごぶるウサギさんがミナミをお出迎え。ミナミ、喜ぶどころか目が泳いでます…。「はいてなさそー」のロケ先のテニスコートで、施設の方にサインを求められたニコ㋲たち。ユナがサインすると「字がキレイ」「書いてる姿が小学生に見えない」と先輩たちがベタぼめでした。フレアスカートを揺らすのが上手なかとぅ、「揺らしのかとぅ」とあだ名がついたよ。



かとぅ
高1・加藤 咲希（かとう・さき）
♥2005年3月12日生まれ♥うお座♥A型♥身長157cm♥大阪府出身



❶オーデ募集のカットです！　みんなのビジュもめちゃくちゃいいし、カッコかわいく撮れたので、印象に残っています。　❷寝てました。最高睡眠時間が更新され続けた結果、14時間です。寝すぎですね笑　❸高校の入学祝いでもらったデパコスです！♡　少し大人っぽくしたいときに使ってます！



☆ファンレターのあて先
〒141-0021　東京都品川区上大崎3-1-1
JR東急目黒ビル16F　レプロエンタテインメント「加藤 咲希あて」

コウショウ
高1・戸部 光翔（とべ・こうしょう）
★2005年1月12日生まれ★やぎ座★O型★身長173cm★千葉県出身



❶ワイモバイルさんのタイアップ撮影ということで緊張していましたが、撮影が終わった時にワイモバイルさんからきれいなお花を頂けたことがとても嬉しかったです！　❷何をするにもベッドの上や近くに居て、眠くなったらすぐに寝るっていうぐーたらな生活をしていました（笑）それの影響か少し身長が伸びた気が…。　❸ギターです！　楽器とかは元々全然出来ないのですが、休みの間は家で練習する時間がたくさんありそうだな～って思い、背伸びして買っちゃいました！　練習がんばるぞー！



☆ファンレターのあて先
〒150-0001　東京都渋谷区神宮前 4-2-12 WES
ワタナベエンターテインメント「戸部 光翔あて」

ヨシト
高1・野口 義斗（のぐち・よしと）
★2004年5月7日生まれ★おうし座★O型★身長166cm★長崎県出身



❶ニコ学は、自分が好きなマンガの鬼滅の刃に似た物語だったのですごく楽しかったです！　そして、ゆいと君が天狗の仮面を被って撮影をしてたのがとても面白かったです！　❷歌やダンスの練習をしたり、YouTubeを見てたり友達とLINEしたり、TikTokを撮ったりと家でできる事をしてました！　❸今まで、スキンケアをあまり気にしてこなかったけど、最近ニキビも気になるし、スキンケアをしようかなっと。初めて自分専用のスキンケア用品を買いました！



☆ファンレターのあて先
〒810-0004　福岡県福岡市中央区渡辺通 5-13-11
天神渡辺通ビルディング　エイベックス・マネジメント「野口 義斗あて」

ユイト
高3・小原 唯和（おばら・ゆいと）
★2002年4月2日生まれ★おひつじ座★O型★身長171cm★島根県出身



❶ニコ学で天狗になったり、鬼になったり、今までやった事のない撮影だったので面白かったです。天狗のお面で表情が見えないので、モデルなんだけど顔見えてないな～って思いながら撮影してました笑　❷映画を見たり、本を読んだり、体作りなど自分磨きです。　❸初めて食べた海ぶどう。背伸びというより冒険でした！



☆ファンレターのあて先
〒153-8660　東京都目黒区下目黒1-2-5
ホリ・エージェンシー「小原 唯和あて」

マホ
高1・若林 真帆（わかばやし・まほ）
♥2004年12月10日生まれ♥いて座♥O型♥身長165.6cm♥佐賀県出身



❶レピピの撮影です！　イメ㋲になって初めての撮影で本当に緊張しましたが、スタッフさんたちが盛り上げてくれたので緊張がほぐれて、楽しんで撮影をすることができました！　でも撮影をしてもまだ信じられなくて、だんだんと実感が湧いてくるのかなぁ。イメ㋲になることはずっと目標だったのでまだ夢を見ているみたいな気持ちです。　❷まず高校に提出する宿題を終わらせました！　朝はゆっくりめに起きて、ゴロゴロしながら今日は何をしようかなって考えて、、Netflixで映画を観たり、あとは筋トレや自分磨きをしてました！　❸いつもお母さんがおいしそうに飲んでいるブラックコーヒーを飲んでみました。やっぱり苦い（笑）。大人になったらおいしく感じるのかな？



☆ファンレターのあて先
〒107-0062　東京都港区南青山2-27-20
VORT外苑前Ⅱ 6F　エヴァーグリーン・エンタテイメント「若林 真帆あて」

リミ
中2・凛美（りみ）
♥2006年11月20日生まれ♥さそり座♥A型♥身長155cm♥東京都出身



❶一番初めのページ、カプリコです！　目立つページということで、気合をいれて頑張りました！　大好きなメンバーの、りみなみ&ななあむちゃんでうれしかった^_^　とにかくずっと笑っていたので楽しかったです！　一緒に変顔したりカプすけ顔したり、ジャンプしたり…！　いい思い出が作れました‼　❷課題を少しやりながらYouTubeやインスタ、Twitter！　LINEグループや個人で楽しくテレビ電話‼　本当に会っているみたいで楽しかったです！　そして、SNSでみんなからのコメントに元気をもらう幸せな日々過ごしていました♡　❸人生初のカフェラテに挑戦！　お砂糖なしでは飲めない…



☆ファンレターのあて先
〒106-0032　東京都港区六本木7-4-1 研音ビル　研音「凛美あて」

カホ
中1・河村 果歩（かわむら・かほ）
♥2007年6月17日生まれ♥ふたご座♥A型♥身長152.6cm♥岐阜県出身



❶初めてのロケで新大久保に行けた事です！　ずっと気になっていた新大久保に、ゆらゆなと行けてうれしかったです♡　特にSKIN GARDEN が印象に残っていて、オシャレで可愛かったです。色んなコスメがあって迷いました！　どこのお店もとってもかわいくて写真映えしました♪　❷事務所から届いたファンレターのお返事を書いていました！　たくさん届いていて、とてもビックリしたし、とてもうれしかったです♡　感動しました♡　送ってくれた方々ありがとうございました！　休校期間中という事もあり、たくさんお返事を書く事ができました。あと、息抜きに広い河川敷公園に行ってバスケやバドミントンなどをして体力づくりをしました！　メイク&ポージング練習もしていました。色んな色のリップを重ねてリップ研究しました。パンやケーキも作り、上手くできたのでとっても美味しかったです♡　❸私にとっての背伸びなのですが…初めておこづかいでリップテイントを買いました♪　最後まで悩みに悩んで買ったんです♡　これから少しずつ色んなコスメを集めていきたいです！



☆ファンレターのあて先
〒107-8577　東京都港区南青山3-1-30
エイベックスビル6F　AMG新人発掘育成ユニット「河村 果歩あて」

ユナ
小6・吉岡 優奈（よしおか・ゆな）
♥2008年7月1日生まれ♥かに座♥B型♥身長167.5cm♥大阪府出身



❶美脚ニコ㋲の撮影とユラちゃん、カホちゃんと新大久保に行ったことです！　美脚ニコ㋲の撮影では選ばれたらいいなと思っていたのでとってもうれしかったです！　衣装もクールな感じでなかなか着ない服だったのでとても新鮮でした☆　新大久保撮影では、初めて行った場所だったのでどんな感じなのかな?ととてもうきうきしていました！　マカロンもお店もかわいくて楽しかったので、ぜひ見てください！　❷宿題をしたり、太らないようにちょっと運動したりしてました☆　❸アイシャドウをブラウンにして大人っぽメイクをしてみたり、大人っぽいカバンを買ってみたりしました！



☆ファンレターのあて先
〒150-0011　東京都渋谷区東1-13-14
渋谷松永ビル3F　スターダストプロモーション「吉岡 優奈あて」

シズク
中2・太田 雫（おおた・しずく）
♥2006年12月5日生まれ♥いて座♥A型♥身長159.5cm♥愛知県出身



❶ニコ㋲あそびの撮影です。ミナミと顔にパックをはったり、トランプをしたりして楽しかったです。ミナミとは同期で、同学年なので、前から仲良しでしたが、もっと友情を深めることができて本当にうれしいです。うさぎのぬいぐるみで遊んだり、終始笑いっぱなしでした！　❷一日中YouTubeを見たり、遅くまで寝たり、とにかくダラダラと過ごしていました。でも宿題もあるので、日によって宿題を一日中やるという日もありました。自分の部屋をキレイにしたり、今しかない!と思って過去のニコラを読み返したりもしました。　❸大人っぽい靴がほしくて、いつもとは違う感じのヒールを買ってみました。ですが、いざはいてみると大人っぽすぎて、私には似合わず…あまり使っていないです。



☆ファンレターのあて先
〒141-0021　東京都品川区上大崎3-1-1
JR東急目黒ビル16F　レプロエンタテインメント「太田 雫あて」

ユラ
中1・近藤 結良（こんどう・ゆら）
♥2007年6月22日生まれ♥かに座♥A型♥身長159.7cm♥愛知県出身



❶ニコ㋲になった時からずっと出たかった「新ニコラ学園物語」の撮影です!!　初めてのニコ学撮影で、しかも鬼滅の刃の中で一番大好きな禰豆子になれてすっごくうれしかったです♡　これからもたくさんニコ学に出られるように頑張ります!!　あと、「ニコ㋲遊び」の撮影です。かほとゆなと3人で新大久保に行けてうれしかったです☆　撮影が決まった時から3人でLINEでおしゃべりしたり、当日もみんなで朝からウキウキしていました♡　トゥンカロンがすっごく美味しくて、また食べたいです♪　❷友達とテレビ電話しながら、お勉強したりおしゃべりしたりしました。でも、やっぱりテレビ電話じゃなくて実際に会っておしゃべりしたいよぉ～泣　❸今までは香り付きのリップとかハンドクリームとかだったけど…ちょっと背伸びして香水を買いました♡　お出かけの時に髪の毛に軽くつけると、ふわっといい香りがしてなんだか大人になった気分です♪



☆ファンレターのあて先
〒107-0061　東京都港区北青山3-6-7
青山パラシオタワー5F　オスカープロモーション「近藤 結良あて」

Design/Flamingo Studio

大人気！

ニコラTV動画部

ほぼ毎日更新で見逃せない！

こちらのQRコードから動画に飛べるよ！

配信中のおすすめ動画！

クルミ ナイトルーティン

ほかの人とはちょっと違うナイトルーティンをお届け♡　なんと縄跳びしちゃいます！

リアル人狼ゲーム

男女7人で1日かけてリアル人狼ゲームをしたよ♡　誰が人狼か見破ってね!!

めあここ原宿ツアー

めあここが原宿で、タピオカ＆小籠包、いちご飴を食べ歩き！　まったりゆるゆるな休日を見てね♡

ハルカのルームツアー

アメリカンルームツアーを大公開！　プチプラアイテムもいっぱいあるからみんなも真似してみてね！

MCの筆箱紹介！

♥**ゆってぃ**　黄色好きだけど、穴埋めペンがオレンジ色ゆえ、ストライクゾーンをオレンジまで拡大！　ペンポーチは流行りのKUMではなく、あえてのKept。PLAZAの撮影で出会ったステッドラーのシャーペン。教科書などの重要語句線引きはサインペン派（フリクションカラーズ愛用）。廃盤になったMUJIの方眼定規、再販求む!!

♥一番のお気に入り！
よく消えて折れない消しゴム

MC ゆってぃ

♥**ルル**　新学期ということで、気持ちを切り替えるために、最近筆箱を替えたんです！　全体的には紫で統一して、クリップやフセンをカラフルにし、ポップな筆箱にしました♡　ペンが多すぎると重たくなってしまうので、黒、赤、青、緑の4色が入っているジェットストリームにしています！

♥一番のお気に入り！
KUMのクリアケース

MC ルル

今月のニコラTVはこんなカンジ！

イメ㋲撮影に密着&ドッキリ

今年のイメ㋲3人が決定!!

マホ×レピピアルマリオ

マホ：レピピアルマリオさんは大好きなブランドで、ずっとイメ㋲が夢だったので、本当にうれしいです！

カナミ×ピンク ラテ

四六時中オーディションのときのように、イメ㋲の時期だなって考えていたので、本当にうれしいです！　素敵さを伝えられるように頑張ります♡

エリナ×ラブトキシック

エリナ：ニコ㋲になる前からずっとイメ㋲になりたくて、それを目標に頑張っていました。この大事な時期は、自分なりに何をすればいいか考えていました。イメ㋲になれるかどうか不安もあったから、本当にうれしいです！

今月の表紙撮影



カナミ、メアリ、クルミの初夏にぴったりな表紙が目印！　白とデニムが映えてます！

クルミは初表紙！

めあここボルダリング

めあここがボルダリングに挑戦したよ♡　二人はちゃんと登れたかな？

メアリの持ち込み企画でボルダリングをしました！　できないかなと思ったけど…提案してみました！（笑）　運動音痴克服できたと思います！

登って下りて大騒ぎ！

ココハ：級がいっぱいあるんですけど、先生に教えてもらいながら、頑張りました！　楽しかったです！　第2弾もやれたらいいなと思います！

ニコラ読書部

かとぅ部長就任!!!!!

おめでとう!!

11人になったわたしたちのオススメ本、どうぞよろしくね♪

6月号からニコラ読書部は新メンバーになりました。新部長・かとぅを中心に、エリナ、コハル、ハルカ、マノカ、カノン、セナ、ミナミ、シズク、カホ、ユラの11人で新潮文庫nexをぐいぐい読んでいくよ！



新部長

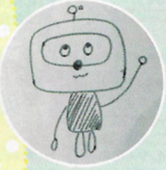
名前　加藤咲希（かとぅ）

学年　高1　血液型　A型

誕生日　3月12日

好きな本のジャンル

1位　青春サスペンス
2位　JKがたわむれるお話
3位　イケメンとかわいい子のラブストーリー



よく本を読む場所・タイミング

学校の朝読。おふとん。自分の勉強づくえ

読書部を応援してくれるみんなにひとこと！

本の良さを皆さんに伝えられるように頑張ります

今回かとぅが読んだ本は……



『君と漕ぐ ながとろ高校カヌー部』

武田綾乃

◉定価（本体590円＋税）

一言で言うなら？

女の子の青春成長物語

カヌー初心者の主人公が、どんどんハマっていく物語。一生懸命やっていても、上手くいかないことっていっぱいある。**そんな時みんなならどうする？** 1人で抱え込んで**悩み続ける？** **SNSに呟く？**　私はこの本みたいに、**仲間と話せたらいいな**って思いました！　スマホもいいけど、顔を見て話すって、やっぱり良いなって。会って話すことで、きっと何かが生まれる。そうやって成長していく女の子達に**どんどん引き込まれます!!**

新潮文庫 nex

「新潮文庫nex」ってなに？

みんなが読みやすいように進化した、キャラクターの魅力で楽しむ新潮文庫の新ラインナップだよ。

Present & Information

nicola愛読者 プレゼント&インフォメーション

今月は38名に当たっちゃう!

Photo/Fujii Daisuke
Stylist/Shimano Mayuko
Hair&Make/Tsuzuki Hikari
Models/Kobayashi Kanami,Wakabayashi Maho
Design/Ohashi Tomoko

応募方法

P63のプレゼント応募用紙に、希望の賞品のアルファベットを書き、アンケートを記入したら応募用紙を切り取り、封筒に入れて84円切手をはって送ってね。しめきりは**5月15日(金)消印有効**です。プレゼント当選者の発表は8月号だよ♪



マホ☆シャツ¥3298、中に着たレースタンクトップ¥1758、カチューシャ¥770、イヤリング¥770/すべてスピンズ　カナミ☆ニットビスチェ¥2197、レーストップス¥1758/ともにスピンズ　ヘアピン(3本セット)¥330/パリスキッズ 原宿本店

長時間のテカリもバイバイ 24時間サラサラ美肌に!

5/1(金)発売の「キャンメイク シークレットビューティパウダー(オイルブロックタイプ)」(¥935)は24時間使用可能なパウダーだから、つけたまま眠ってもOK! 皮脂吸着パウダーが入っていて、サラサラが長時間続く! **3名にプレゼント!**

㊞井田ラボラトリーズ ☎0120-44-1184

ふんわりラベンダー色の トーンアップクリーム登場♥

大人気のスキンケアシリーズ"モウシロ"から新作の「モウシロ トーンアップクリーム モイストラベンダー」(¥1650)が発売! モイストラベンダーで自然な血色感を演出して、透明感もアップするよ! **3名にプレゼント!**



㊞BCL お客様相談室 ☎0120-303-820

思わず食べたくなっちゃう! 映えるチュッパチャプスのリップ♥

「デリシャスリップクリーム」(各¥550)から"チュッパチャプス"の人気フレーバー5つデザイン&香りのリップが登場! お気に入りを選んでも、コレクションにしてもよし♥ コーラの香り、チェリーの香りを**それぞれ3名にプレゼント!**



㊞サン・スマイル ☎03-6672-6480

Chupa Chups® Official Licensee. © PVM 2020

手帳やノートをカンタンデコ♥ スポーツモチーフが登場!!



「プチデコラッシュ」(各¥308)から数量限定でスポーツ柄登場! 書いた文字を目立たせる、フキダシやフラッグ柄も♥ 他にもたくさんの種類があるからお気に入りを見つけてね! 限定商品4種類の中から**各1名にプレゼント! 色はまかせてね!**

㊞プラス お問い合わせセンター ☎0120-000-007

「&honey」からくせ毛・うねりに特化した 新シリーズ「&honey Melty」が新発売!

「&honey Melty」の「モイストリペアシャンプー 1.0」(¥1540)、「モイストリペア ヘアパック1.5」(¥1100)、「モイストリペア ヘアトリートメント2.0」(¥1540)、「モイストリペア ヘアオイル3.0」(¥1540)を**セットで2名にプレゼント!**

㊞ヴィークレア ☎03-6804-5033



ディズニーキャラクターのミストで 女子力も気分も上がっちゃう!!

Info

ディズニーストアから「ボディファンタジーピュア ボディスプレー」(各¥1320)が登場! プーさんデザインはソフトクラウドの香り、ロッツォデザインはベビーシャンプーの香り、バターカップデザインはパープルコットンの香りだよ!



㊞ディズニーストア ゲストご相談室 ☎0570-01-3932

※品切れの際はご了承ください。

ふたえ&目頭切開風が作れる 貼るだけ簡単なサギテープ♥



カンタンにふたえまぶた&目頭切開風目元になれる「サギテープ 昼用&夜用」(各¥880)が登場。昼用はメイクをしながらパッチリ目に、夜用はふたえと目頭切開風のクセづけに使えるよ! **各1名にプレゼント!**

㊞コジット お客様相談室 ☎06-6532-8140

シャワーしながらカンタン除毛して ベティーちゃんみたいなツル肌に♪



除脱毛ブランド「ヴィート」史上初のコラボレーションパッケージとして「ベティー ブープ™」の数量限定パッケージ「ヴィート バスタイム 除毛クリーム 敏感肌用」(オープン価格)が5/18(月)発売! **3名にプレゼント!**

㊞レキットベンキーザー・ジャパン ☎0120-079-991

コスメ好きなコ大注目の 宝石みたいなキラキラシャドウ♥



「ミシャ グリッタープリズム シャドウ 日本限定カラー」(各¥1320)が発売! 1色のシャドウに複数色のラメが入っていて、見ているだけでもハッピーに♪ ひとぬりで絶妙なキラキラメイクが完成! 全6色で**各色1名ずつプレゼント! 色はまかせてね!**

㊞ミシャジャパン ☎0120-348-154

新イケメンが仲間入り! 理想のセリフを言わせよう♥

大人気の「イケメン付箋」(各¥418)に新イケメン4人が仲間入りしたよ! 今話題のユーチューバーなど職業はさまざま! さらに今まで発売されているイケメンとの相関関係も楽しめちゃうよ♪ **4人セットで5名にプレゼント!**

㊞日本ホールマーク https://www.hallmark.jp/



指先から夏っぽくしよ〜 キラキラで涼しげなネイルだよ♥

Info

貝がらや水面のきらめきをイメージした「ネイルホリック リミテッドカラー」(各¥396※編集部調べ)が5/16(土)発売!! 一度塗りでもムラなく高発色! 偏光パール入りで夏らしい輝きのあるネイルを楽しめちゃう!

㊞コーセー ☎0120-526-311



これからのかかとケアは 消しゴムみたいにこするだけ!

青い消しゴムでおなじみ"レーダー"とコラボした「Radarかかと消しゴム」(¥990)発売! 消しゴムみたいにこするだけで、かかとの角質がとれるよ! 大きい消しゴムみたいでSNS映え間違いなし! **4名にプレゼント!**

㊞砂山靴下 ☎03-3692-0371





ニコラ定期購読申込書　☆毎月nicolaをほしいと思っているコは切り取って近くの本屋さんに申し込んでね。

nicola 雑誌コード 17117	年　月号から　年　月号を　冊　申し込みます。	
氏名	住所	連絡先電話番号

［書店様にお願い］本申込書を受け取られましたら、nicola を毎月お客様のために確保して下さい。また、配本数不足の場合は、販売会社様に定期改正をお願いいたします。

Teens Magazine No.1!!
nicola 6
2020 June
2020年6月1日発行(毎月1回1日発行) 第24巻第6号 4月30日発売 平成10年7月10日 第三種郵便物認可
発行所・株式会社新潮社 〒162-8711 東京都新宿区矢来町71 印刷所・大日本印刷株式会社

新潮社

雑誌17117-06 特別定価510円 本体464円

4910171170609
00464